

NEPAL: ANNAPURNA NAR PHU TAL TREK MIT TILICHO SEE

LODGE / TEAHOUSE / HOMESTAY TREK MIT EINFACHEN CAMPS

SO, 20.10.2019 BIS FR, 15.11.2019 (27 TAGE)

TEILNEHMER: CARSTEN CORDES, HOLGER BISCHOFF, KLAUS TEUCHERT

(REISENOTIZEN VON KLAUS TEUCHERT)

20.10. - Tag 01: Rail- & Fly-Bahnfahrt Chemnitz über Leipzig nach Frankfurt/ Main in 6 Std. Dort treffe ich mich mit Holger. Gemeinsam einchecken bei Air China, das Gepäck geht nur bis Chengdu einzuchecken. Die mühselig im Internet ausgestellt und ausgedruckten Bordkarten zählen hier nicht und werden nicht benötigt, da wir am Schalter die Bordkarten bekommen. Einzig unsere reservierten Plätze bekommen wir.

14:15 Uhr **Abflug von Frankfurt.**

21.10. - Tag 02: 06:00 Uhr **Ankunft in Chengdu in Ost-Tibet/China**, ca. 10 Std. Flugzeit liegen hinter uns. Die Uhr wird 7 Std. vorgestellt, im gesamten China gibt es nur diese eine Zeitzone. In Chengdu müssen wir komplett auschecken und unser Gepäck vom Band holen. Abgegrenzte Bereiche für Transitreisende sind hier Fehlanzeige, hier herrscht das Motto: "der gläserne Mensch".

Sodann nehmen uns die feisten chinesischen Beamten komplett zur Brust. An Automaten werden unsere Fingerabdrücke gescannt, es folgen Gesichts-Scan, Reisepass-Check. Danach werden wir jeder persönlich von zwei Beamten überprüft, pro Passagier dauert das ca. 5 Minuten, die stundenlange Steherei in den Menschenschlangen nervt. Feuerzeuge werden eingezogen.

Bis zum Weiterflug nach Kathmandu bleibt nur noch wenig Zeit. Wir checken erneut das Gepäck und dann uns ein. Die hochnäsigen chinesischen Personenkontroll-Beamten überprüfen uns und das Handgepäck noch einmal aufs Gründlichste, bis wir endlich in die Abflughalle dürfen. Unseren Flug schaffen wir gerade so.

08:45 Uhr **Abflug von Chengdu**, Dauer des Fluges 3:10 Std.

09:40 Uhr **Ankunft in Kathmandu**. Die Uhr wird wieder 2:15 Std. zurückgestellt auf Nepalzeit, bzw. 4:45 Std. nach unserer Zeit in Deutschland. Mit unserem bereits zu Hause ausgedruckten Internet-Visa kommen Holger und ich etwas schneller durch die Immigration-Schalter der Einwanderungsbehörde. Wir werden von Niru Rai am Flughafen in Kathmandu abgeholt, er wartet bereits in der Ankunftshalle hinter einer Glaswand. Herzliche Begrüßung, unser Gepäck wird in den Toyota Hiace geladen und Fahrer Naresh Tamang bringt uns durch den dichten Verkehr der Hauptstadt Nepals zu Nirus Haus in unser Homestay in **Basundhara-Dhapasi**. Wir werden ebenso freudig begrüßt von Jansari, Nirus Frau, von Kiran und Sunita, seinen beiden erwachsenen Kindern. Sunita studiert derzeit in Australien und macht gerade Ferien in Nepal. Wir richten uns ein in Nirus privatem Homestay im Untergeschoss seines Hauses im Gästezimmer mit zwei Betten und dem großem Bad.

Wir dürfen in einem "Dienstwagen", der Touristen abholt, mit nach **Thamel** fahren. Dort tausche ich Geld um, 500 EUR zum Kurs 1:124, bekomme also 62.000 NPR und eine Quittung. Holger holt sich sein Geld mit der Kreditkarte am Automat, angeblich ohne Gebühren in Deutschland. Dann stürzen wir uns ins Touristengetümmel. Ich sehe mir als erstes die neuen Wanderkarten von Nepals Bergregionen an und schlage gleich mehrfach zu. Die Anzahl der neuen Karten und neuen Trekkingrouten wird jedes Jahr größer und unübersichtlicher.

Mit einem Taxi fahren wir nach **Dhapasi** zurück. Das Abendessen wird bereitet von Jansari und Sunita, es gibt mehrere Gänge. Dazu Nepal Tuborg Bier. Wir schlafen wie im Himmel in unseren kuscheligen Betten. Von Jetlag merke ich nichts.

22.10. - Tag 03: Kathmandu - Relaxen

06:25 Uhr Ankunft unseres Reisegefährten Carsten Cordes aus Bremen in Kathmandu mit Turkish Airlines aus Istanbul. Er wird abgeholt und ins Hotel Rama Inn gefahren. Wir schlafen noch fest. Europäisches Frühstück im Speisezimmer, zubereitet von Jansari und Sunita.

Mit Holger unternehme ich einen kleinen **Rundgang in Dhapasi und Basundhara**, wo wir einen Hindu-Tempel entdecken.

Zum Abendessen holen wir Carsten von seinem Hotel ab. Wir treffen Regina Schicht, die gerade von Ihrem 30-tägigen Bhutan Snowman Trek zurückgekehrt ist, in ihrem Hotel Thamel Park. Mit Niru und seiner Frau Jansari, Regina, Carsten und Holger suchen wir in Thamel ein Restaurant ohne Touristen, was nicht möglich ist. Wir finden nach längerer Suche etwas außerhalb in einem Durchgang links in der **Tridevi Marg** Richtung Rama Inn ein gutes **Thakali Restaurant** und nehmen dort unser gemeinsames ausgiebiges Willkommens- und für Regina Abschieds-Dinner ein. Niru lässt alles auftischen, was Küche und Keller bietet, so ein gut gewürztes abwechslungsreiches Menu haben wir bisher noch nie in Nepal bekommen. Und die Thakali Gerichte sind Nepals beliebteste. Rund und satt fahren wir noch Carsten und Regina in ihre Hotels und wir zu Niru nach **Dhapasi**. Morgen wird es ernst.

23.10. - Tag 04: Fahrt mit privatem Jeep von Kathmandu über Besi Sahar, Ngadi, Syanje, Bagarchap, Chamje nach Dharapani (1860 m)

6 Uhr 30 Start ab Kathmandu, wir holen Carsten ab und sind jetzt 8 Personen im Jeep. Unterwegs Lunch im Greenfield Cottage an der Hauptstraße oberhalb des Trisuli River. Wir kommen auch an der Seilkabinenbahn vorbei.

Naresh Tamang ist unser Fahrer, er fährt uns und unsere Crew in einem agentureigenen Jeep von Kathmandu über Dumre und Besi Sahar nach Dharapani, das wir erst im Dunklen um 19:30 Uhr erreichen. Ab Besisahar bis Koto begleitet uns der mächtige **Marsyangdi Nadi Fluss**.

Naresh fährt auf den steinigigen, sandigen und holprigen Strecken sehr vorsichtig, um das Auto und uns zu schonen. Abends fährt er denselben Weg wieder zurück nach Kathmandu, ohne eine Minute auszuruhen. Und hat in Kathmandu sogleich eine neue Tour zu fahren. Unsere Ratschläge wegen den nötigen Pausen werden leider ignoriert.

Unser Guide ist Purna Rai (50), die Träger Robin, sein Sohn (20), Rakesh Magar, Dawa Lama und etwas später kommt noch der kleine, schüchterne, verheiratete Bikash Rai zu uns.

Übernachtung in **Dharapani** im "Kangaroo Guest House & Restaurant" im oberen Stockwerk. Wir bekommen immer 2 Zimmer, Holger und ich wohnen zusammen, Carsten bekommt ein Einzelzimmer. Toilette und Dusche liegen auf dem Gang. Im Erdgeschoss neben dem Speiseraum gibt es in der Dusche eine mit Propangas betriebene Gastherme, hier kann man mit bis zu ca. 40 Grad heißem, aber spärlichem Wasserstrahl duschen. Es sind weitere französische Touristen da.

24.10. - Tag 05: Trekstart Dharapani nach Koto (2600 m)

Nach dem Frühstück ist 8 Uhr Trekstart. Wir gehen im **Marsyangdi Haupttal**. 11 Uhr Lunch im "Oasis Guest House" in **Timang**. Wir suchen uns unsere Mahlzeiten á la card aus den Speisekarten der Lodges aus, notieren Sie in ein Buch der Lodge. Unser Frühstück wird bereits abends bestellt, das Dinner am frühen Nachmittag, gleich nach der Ankunft in der Lodge. Tee bekommen wir genügend, auch Mineralwasserflaschen. Ich lehne die Plastikflaschen aus Umweltgründen ab, fülle mein Wasser an den schwarzen PVC-Trinkwasser-Schläuchen der Lodges ab und gebe zur Sicherheit einige Tropfen Romin mit Silberionen dazu.

Über **Karte** erreichen wir schließlich **Koto**, den Zugangsort ins Nar-Phu Tal. Übernachtung in der Lodge "Hotel Super View & Restaurant". Wir bekommen 2 Zimmer auf der ersten Etage.

Auch hier gibt es eine mit Propangas betriebene Dusche. Kosten ca. 200-300 NPR.

Sonne, wolkenlos, +815 m / - 85 m in 6:30 Std. inkl. Pausen

25.10. - Tag 06: Koto über Nar Pho Khola Camp (2900 m) nach Chhauchha (Chhomchu) (2930 m)

8:30 Uhr Abmarsch von Koto. Am Police Checkpost werden unsere mit Passfoto versehenen Permits kontrolliert, mit Datum versehen und abgestempelt. Wir brauchen das Annapurna Conservation Fee Permit, das Nar-Phu Trekking Permit und das TIMS-Permit. Sodann betreten wir das **Nar-Phu Tal**, verlassen den Marsyangdi River und laufen in das nördlich führende schmale Quertal des **Nar Khola River** über die linke der beiden Hängebrücken. Der Weg führt am linken Ufer auf einem felsigen Pfad flussaufwärts. Rechts und links des Flusses ragen mächtig hohe Felswände in den Himmel. Der Fluss hat die typisch graublauere Farbe des Gletscherschmelzwassers. Wir müssen uns bald ausziehen, da die Sonne heiß in unserem malerischen Tal brennt.

In 2760 m Höhe gelangen wir auf einer Hängebrücke ans rechte Ufer. In 2800 m Höhe kommt die nächste Brücke, die über ein von rechts kommendes Quertal führt.

Das **Nar Phu Khola Camp** mit einigen Holzhäusern für Touristen nahe einer Höhle erreichen wir nach Überqueren des Flusses ans rechte Ufer. Eine Trekkinggruppe, die vom Seribung Peak kam, macht hier eine Pause und wird evtl. übernachten.

30 min. später kommen wir gegen 12 Uhr nach **Chhauchha** zum "Narfu Khada Jungle Camp" mit der 2015 errichteten "3 Sisters Restaurant & Lodge". Besitzer ist Shyam Budha Magar. Viele Lodges werden von Tibetern geführt, die nach Ihrer Flucht aus Tibet nepalesische Namen annehmen mussten, um einen nepalesischen Pass zu bekommen und im Land bleiben zu dürfen. Wir bekommen 2 Holzbungalows mit guten Betten, Kopfkissen und Zudecken. Den Abend genießen wir am kleinen Lagerfeuer vor dem Speiseraum, da es in diesem engen Flusstal feucht und kalt ist. Wir sehen als erste weiße Berge den Manaslu und klein und spitz den Lamjung Himal. Sonne, wolkenlos, +525 m / - 200 m in 2:50 Std. inkl. 30 min. Pause

26.10. - Tag 07: Chhauchha nach Meta (Methang) (3570 m)

7:30 Uhr Frühstück. 8 Uhr Abmarsch auf dem rechten Nar Flussufer. Nach unserem Camp kommt noch eine schöne neue, in einen Felsüberhang gebaute Lodge, so dass jetzt 3 Lodges hier im Tal auf die Touristen warten.

8:45 Uhr auf 3025 m Höhe erreichen wir kurz nach **Dari Beezan** eine eiserne Hängebrücke, die uns ans linke Ufer führt. Einige Höhlen befinden sich hier am rechten Ufer. Die Felswände ragen senkrecht empor. Gegenüber sehen wir im Berghang oberhalb der Felsklippen einen schmalen Pfad entlang führen.

Wir erreichen auf 3060 m den Höhlenüberhang **Phu Laki Odar**. Von hier nach Singenge Dharamsala sind es laut Schild noch 1:15 Std.

In 3100 m Höhe wachsen noch große Bäume wie Kiefern und Birken, dünner Bambus, Gesträuch und Brennnesseln. Mulikarawanen nutzen den breiten Weg ebenfalls, wenn Sie uns passieren, bleiben wir an der Felsenseite unbeweglich stehen, sodass die Tiere keine Angst bekommen und ausreißen.

Um 9 Uhr In 3075 m Höhe kommt die nächste Brücke, die uns ans rechte Ufer führt. Unsere drei Träger stehen unten am Fluss und ruhen sich aus, Holger erkundet eine kleine heiße Quelle.

Um 10 Uhr unmittelbar vor Singenge Dharamsala laufen wir durch einen Felsüberhang unter einem kräftigen Wasserfall hindurch, ohne nass zu werden. Die Ränder des Falls sind vereist, obwohl es relativ warm draußen ist. Dann überqueren wir auf einer eisernen Bailey-Brücke das rechte Seitental des Asta Khola. Eine Bailey-Brücke ist eine in Einzelteilen transportierbare, meist vom Militär verwendete Behelfsbrücke. Gleich danach erreichen wir auf 3230 m **Singenge Dharamsala**, einen schönen kleinen Sonnenplatz mit einer Lodge namens "Hotel Narpha Meta", mit großem dormitory (Matratzenlager), einer Küche, einer Toilettenhütte und einer kleinen Steinhütte. Wir machen hier eine halbe Stunde Teepause.

Von hier nach Meta sind es noch 2 Std. In 3335 m überqueren wir nach einer steinernen Schutzhütte ein rechtes Seitental auf einer Holzbrücke, steigen in diesem Seitental in Kehren aufwärts.

Um 12 Uhr sehen wir auf 3570 m Höhe Gebetsfahnen an den Felsen und kleinere sandfarbene Naturstein-Stupas. Die Bäume werden allmählich niedriger. Wir überqueren eine Hochalm mit Steinmauern zum Schutz vor dem Wind.

12:15 Uhr erreichen wir, nun wieder im Haupttal des Nar, auf 3570 m Höhe den Ort **Meta**. Auf einer schwarzen Blechtafel ist das Schema der Umgebung aufgemalt. Nach Nar soll es von hier 3 Std. dauern. Oberhalb liegt in einem rechten Seitental das Kangaru Himal Base Camp. Es gibt viele Lodges in Meta, wir übernachten in der Eco-Lodge/ Mountain View Eco Farm "Mayta Guest House & Restaurant".

Sonne, wolkenlos, +515 m / - 200 m in 2:55 Std. inkl. 30 min. Pause

27.10. - Tag 08: Meta vorbei an Nar Phedi, Junam Goth (ca. 3700 m) und Chyako (3720 m) nach Kyang (3820 m)

Zum Frühstück lernen wir Mountaineer Mohit und Ikramul Hasan Shaki, zwei Profi-Bergsteiger aus Bangladesh vom Bangla Mountaineering and Trekking Club kennen. Sie haben vor 4 Tagen, am 23.10.2019, den nahen Mt. Himlung (71236 m) bestiegen, unter dem Motto "BMTC Mission-33". Beide standen schon auf vielen hohen Bergen, bestiegen den Everest von Süd und Nord, den Cho Oyu usw. 24-mal waren Sie bereits in Nepal.

Im Himlung Base Camp spielen sich gerade Tragödien ab. Das Wetter ist sehr schlecht, zu viel Schnee, starke Kälte und orkanartiger Sturm zwingen die aktuell vor Ort weilenden 15 Expeditionen zum Aufgeben. An mehreren Tagen fliegt morgens einige Male ein gelber Rettungshubschrauber ins Base Camp, um verletzte Bergsteiger ins Krankenhaus zu fliegen.

Wir sprechen später mit einem weiteren Bergsteiger, der den Aufstieg abbrechen musste und jetzt angefrorene Fingerspitzen hat.

8:30 Uhr Start des Trekkings. Heute stößt unser vierter Träger Bikash Rai mit einigen Lebensmitteln und Kerosin zu uns. Er kommt von Geotreks-Guide Ganesh Rai, der mit einer 17-Touristen-Gruppe unterwegs ist und uns heute entgegenkommt.

Bei Meta gibt es zwei riesige Chörten, auch um Nar Phedi sehen wir viele Chörten und das Yunkar Gompa Kloster. Der Fluss fließt hier durch eine 80 m tiefe Schlucht.

Wir kommen **gegenüber von Nar Phedi** über eine Ebene mit alten Mauern, ein halbverlassenes Dorf, es scheinen manchmal noch Menschen aus höheren Regionen hier zu überwintern. Unser Weg geht eine Weile gerade in ca. 3550 m entlang. Auf einem kleinen Hinweisschild steht: links geht's nach Nar und rechts nach Phu, unser Weg. Über uns schneebedeckte Berge.

Auf einem abenteuerlichen Felsenpfad steigen wir aufwärts am rechten Flussufer des **Phu Khola**. Es geht hinab in ein Flusstal und beim Gegenanstieg kommen wir an einer steinernen Schutzhütte mit Blechdach vorbei.

11 Uhr erreichen wir über **Lower Chyako** mit einer weitläufigen umzäunten Lodgeanlage das obere **Chyako**, ein Khampa-Dorf (3720 m). Links auf der Moräne stehen teils verlassene Steinhütten, die zum Überwintern der Bewohner aus Phu dienen. Im "Chyakhu Guest House & Restaurant" speisen wir zu Mittag, sitzen draußen in der Sonne und Wärme. Wir sehen schneebedeckt über uns den Lamjung Himal, die Annapurna II und den Pisang Peak.

In 3830 m Höhe überqueren wir in einem Seitental einen vereisten Bach, balancieren auf den eisüberzogenen Steinen ans andere Ufer. Aus einem Loch in einer Wasserleitung sprüht das Wasser und verwandelt sich sofort in Eisblumen. Die Landschaft erinnert hier mich ein bisschen an Mustang. Bis hier wachsen auch die meisten Bäume, es ist sehr heiß, ich laufe mit T-Shirt und kurzen Hosen. Trekking-Sandalen wären auf dem angenehmen Weg hier auch noch gut möglich.

12 Uhr steigen wir von 3865 m in ein weiteres rauschendes Flusstal hinunter, sogar bizarr ausgefranste dicke Birkenbäume wachsen hier oben. Unten steht eine kleine Bailey-Brücke. Ca. 80 Höhenmeter geht's wieder hoch in der prallen Sonne. Uns kommen die ersten Träger unserer Agentur von der Ganesh Gruppe entgegen.

13 Uhr erreichen wir **Kyang** im Phu Khola Valley. Wir treffen Ganesh, den Holger und ich

schon viele Jahre als Freund und professionellen Guide unserer Agentur kennen. Das Wiedersehen ist herzlich, wir umarmen und drücken uns. Dann muss er weiter zu seiner Gruppe, die aus 17 Touristen aus Südafrika und den USA und insgesamt 53 Personen besteht. Übernachtung in der Lodge "Phukarsland Hotel". Es ist sehr warm, ich lasse die meiste Zeit meinen Daunenschlafsack im Trägergepäck, die relativ sauberen Zudecken und bezogenen Matratzen sichern mir einen guten Schlaf.

Sonne, wolkenlos, +595 m / - 335 m in 4:30 Std. inkl. 30 min. Pause

28.10. - Tag 09: Kyang nach Phugaon (Phu/Phoo) (3980-4200 m)

8:15 Uhr Start heute, überwiegend an der rechten Flussseite entlang. Nach einer Stunde folgt ein langer glatter Abstieg an einer Felsenwand zum Fluss hinunter. Ein Stück weiter steht eine Schutzhütte. Nach einer Weile sehen wir einen großen glatten schwarzen Felsen, der vom Fluss durchbrochen wurde. Auf der linken Seite steht eine Stupa, zu der ein fadenscheiniges Brückchen hinüber führt. Der Weg ist hier wieder breit und sehr gut, ein Stück ging er in einer ausgehackten senkrechten Felsenwand entlang.

Wir kommen heute ganztägig durch eine Traumlandschaft von bizarrer Schönheit, verschiedenfarbige Büsche und Felsen wetteifern miteinander in der Farbenpracht. Bäume gibt es hier oben keine mehr. Vieles erinnert mich wieder an Mustang oder Dolpo. Wir durchqueren 2 aufgelassene Siedlungen. Oberhalb liegt ein kleiner Trinkwassersee. Wir beobachten kleine orange Schmetterlinge, eine buntbehaarte Raupe, Blauschafe, Yaks, Hasen, Rebhühner und Geier.

Wir sehen neben Maultierkarawanen und einigen Touristen auch zwei Mountain-Biker in gewagtem Tempo an uns vorbeischießen. Unser Guide Purna freut sich, er ist auch Biking Guide neben seinem Job als Guide und arbeitet auch manchmal als Koch.

9:50 Uhr erreicht uns endlich die Sonne auf 3800 m Höhe. Vor uns öffnet sich ein breites, sonnendurchflutetes Flusstal. Der **Phu Hauptfluss** wendet sich nach links und von rechts kommt ein Seitenzufluss, den wir im Flussbett überqueren. Wir gehen jetzt direkt auf den Ufersteinen des Phu Khola inmitten einer malerischen Landschaft mit bunten Büschen und plastischen Steinsand-Felsformationen. Es folgen Überquerungen weiterer Seitentäler mit vereisten Bächen und kleine vereiste Wasserfälle.

Es wachsen sogar wieder einige Bäume hier, da die Ebene sonnig und etwas windgeschützt liegt. Der Weg geht eine Weile direkt am Flussufer entlang. An einer Weggabelung mit einer Stupa fließt aus der gegenüber liegenden Bergflanke an mehreren Stellen heißes Wasser, die Umgebung der Quelle ist rost- und schwefelfarbig verfärbt. Wir nehmen den linken flussnahen Weg, der aber meist an steilen Steinsandwänden mit vielen freiliegenden Felsen entlangführt, die nur darauf warten, herabzustürzen. Der rechte Pfad ist bei Hochwasser die bessere Wahl. Der jetzt teils schmale Weg führt oft oberhalb steiler fast senkrechter Felswände im meist engen Felsental entlang. Der Fluss hat hier einen 100 m hohen senkrechten Felsen in zwei Teile gesägt.

Das Eingangstor ins Phu Valley nennt sich **Phupi Yalgoe**, es besteht aus einem begehbaren großen Chörten mit Stufen und einem Tor, ringsum weitere Chörten und eine 12 m lange Manimauer. Nach einem Pass sehen wir in 3930 m Höhe auf einem Hügel am linken Flussufer die Ruine einer alten Festung, eines tibetischen Dzong. Dahinter weitere tibetische Chörten, mit typischen rot-weißen Erdfarben bemalt, die dazugehörige Manimauer ist ca. 50 m lang. Kurz vor Phu gehen wir über eine Hängebrücke ans linke Ufer und steigen sanft auf zu unserem Ziel.

Durch ein weißes Eingangstor und auf der Brücke über ein linkes Seitental erreichen wir 12 Uhr den unteren Ortsteil von **Phu** und unsere Lodge "Hotel Salibung Guest House & Restaurant" auf 4000 m Höhe. Am gegenüber liegenden Ufer etwas unterhalb gibt es mehrere Lodges mit einem Campingplatz. Phu wird "Puh", nicht "Fuh" ausgesprochen.

Mit Holger laufe ich am Nachmittag ein kurzes Stück flussabwärts, um uns im Fluss zu waschen. Die Wassertemperatur ist am Gefrierpunkt, trotzdem lasse ich mir die Gelegenheit eines kurzen Vollbades nicht entgehen.

Unsere Lodge wird geführt von einem jungen tibetischen Ehepaar mit ihrer ca. 2-jährigen Tochter, die in der Küche = Schlafzimmer = unser Aufenthalts- und Speisezimmer Die Kleine

schläft hier im Bett = Sitzbank.

Erkunden des Dorfes Phu, wir laufen durch die schmalen Gassen bis an die höchsten Häuser, teilweise in den Häusern entlang. Zum Schlafen lasse ich den Daunensack im Gepäck, die Zudecke reicht und ist schön warm.

Sonne, wolkenlos, +430 m / - 230 m in 3:25 Std. inkl. 10 min. Pause

29.10. - Tag 10: Phu Gaon - Ruhetag / Besuch der Klöster Tashi La Kang Gompa & Guru Samdu Choling Gompa

8 Uhr Frühstück. Unser Guide Purna erkundet heute in aller Frühe mit Rakesh den morgen geplanten Weiterweg über den Phu Pass ins nächste Tal nach Yak Kharka. Sie berichten uns völlig erschöpft am späten Nachmittag, dass der Weg zwar schmal und steil, aber gut begehbar ist. Dass es Hinweisschilder und Brücken über die Flüsse der Quertäler gibt und dass auch die vorgesehenen Plätze zum Übernachten und Trinkwasser vorhanden sind.

Vormittags unternehmen Carsten, Holger, Robin, Rakesh und ich eine Wanderung über eine neue Hängebrücke 185 m hinauf zum Heiligen Berg mit dem weitläufigen Gelände der **Tashi La Kang Gompa**. Phu sieht klein wie ein Spielzeugdorf aus von hier.

Ein endlos langer schmaler Pfad führt am rechten Ufer im Phu Khola Tal aufwärts nach Phugaon Kharka (ca. 5200 m) und zur verlassenen Siedlung Nagoru, er führt weiter zum Seribung Peak, Damodar Kund See und nach Lho-Manthang in Upper Mustang.

Am Nachmittag steigen wir drei auf, durch den gegenüber liegenden Ortsteil von Phu, ca. 105 Höhenmeter sind es zur **Guru Samdu Choling Gompa**, wieder mit herrlichem Ausblick.

Holger steigt noch einige 100 Höhenmeter weiter auf mit wunderschönen Aussichten, kommt durch zwei verlassene Siedlungen mit Gompa (Besichtigung möglich) bis zu einem Vorgipfel mit Gebetsfahnen (ca. 4700 m). Er hat oben die umliegenden Bergmassive wie auf einem Serviertablett vor sich: Seribung, Kangaru, rechts am Pangri Gletscher liegt das Himlung Base Camp. Außerdem gibt es hier sehr viele Blauschafe, die sich kaum von ihm stören lassen. (Holger Bischoff)

Carsten und ich steigen ab und laufen ins Dorf zurück. Im Hof einer Schule sehe ich einige Schüler. Als wir näher kommen, merken wir, dass es das Gemeindehaus ist und die Schüler erwachsene Männer sind. Wir gesellen uns dazu, sie laden uns zum Verweilen ein und auch noch für heute Abend, es soll eine Feier stattfinden. Am letzten Tag des **hinduistischen Tihar- oder Diwali-Festes**, dem Fest der Lichter, soll noch einmal gefeiert und getanzt werden. Ein jüngerer Dorfbewohner spricht gut Englisch, wodurch wir uns etwas austauschen können.

Heute ziehe ich abends erstmals meine leichte Daunenjackete an, durch das diesige Wetter ist es kühl geworden hier oben. Im **Gemeinschaftshaus** werden wir drei und unsere Crew willkommen geheißen und nehmen auf den weltweit gleichen Plastikstühlen Platz. Jeder nepalesische Dorfbewohner oder Gast gibt dem Zeremonienmeister einen kleinen Geldbetrag oder bringt etwas zu essen oder zu trinken von zu Hause mit. Ich übergebe für unsere Gruppe der Dorfgemeinschaft etwas Geld, es wird in ein Buch eingeschrieben. Dafür bekommen wir zu essen und zu trinken, Rakshi, Cola, Wasser, was wir möchten. Der Rakshi schmeckt lecker und Holger und ich müssen vorsichtig sein, der Heimweg ist nicht beleuchtet. Essen lehnen wir ab, weil wir bereits unser Abendessen in der Lodge bestellt haben.

Die Feier beginnt mit einer Art Disko. Von einem Mobiltelefon werden anfangs nepalesische Lieder über eine große Box gespielt. Dann beginnen die Männer zu singen und tanzen, Ihre Phu-Pa-Lieder werden begleitet von einer großen Trommel. Nach einer Weile gesellen sich die Frauen dazu. Der Singtanz ähnelt einer Polonaise und hat ein immer wiederkehrendes Thema, dieselbe Melodie und Bewegungsabläufe. Als wir nach draußen gehen, findet dort eine "Gegenparty" der Dorfjugend statt. Ein Mobilfon überträgt moderne nepalesische Tanzmusik zu einem kleinen Bluetooth-Lautsprecher. Die Jugendlichen tanzen alle zusammen. Übrigens haben die meisten Menschen inklusive Dorfbewohner in Nepal ein modernes Wisch-Händi. Und das Mobilfunknetz ist wesentlich dichter als in Deutschland.

Carsten teilt uns am Abend überraschend mit, dass er seinen selbst geplanten Weiterweg direkt von Phu aufwärts über die beiden Pässe nach Nar nicht durchführen wird. Er sei nicht schwindelfrei und hat auf zu schmalen Wegen und an zu steilen Abgründen Höhenangst. Nach kurzer Absprache teile ich Carsten und Holger mit, dass ich dann ebenso nicht den geplanten

Pässe-Weg gehen werde, sondern auf demselben Weg wieder mit absteigen werde. Holger ist enttäuscht, lässt es sich aber nicht anmerken und kommt mit uns mit. So bleiben wir zusammen. Und sagen der interessanteren Strecke tschüs.

Nachts ist es teilweise wolkenlos, der Sternenhimmel mit Milchstraße eine Wucht.

Sonne, Wolken, diesig +290 m / - 290 m

30.10. - Tag 11: Phu Gaon über Kyang nach Upper Chyako (3770 m)

Wir laufen auf dem bekannten Weg, jetzt links des Flusses, bergab, mit einigen Gegenanstiegen. Die Steine am Flussufer sind teilweise mit Eis bedeckt und sehr rutschig. An der Wegeteilung nimmt Holger den oberen längeren Pfad, ist aber sogar schneller unten als wir. 20 Minuten Teepause in **Kyang**. Der Weg ist durch die Trockenheit dick mit feinpulverigem hellen Staub bedeckt. Da es meist bergab geht, verwende ich seit heute meinen Leki-Stock zum Wandern. Wir erreichen in **Upper Chyako** die Lodge "Chyaku Guest House & Restaurant" und richten uns ein.

Am Nachmittag gehe ich im Dorf zwischen den steinernen tibetischen Hütten auf der seitlichen Moräne spazieren, einige davon sind im Winter bewohnt. Der Ausblick auf der anderen Seite zum steilen Flusstal hinab ist atemberaubend. Holger macht hoch über Chyako einen langen Spaziergang. Sonne & Wolken, +405 m / - 630 m in 3:50 Std. inkl. 20 min. Pause

31.10. - Tag 12: Upper Chyako über Junam Goth nach Nar (Naar) (4200 m)

Am Morgen ist es eisig kalt. Wir verlassen Chyako und laufen mit kleineren Gegenanstiegen bergab über Junam Goth auf die sonnendurchflutete, baumbestandene Hochebene gegenüber von Nar Phedi. Unterwegs kommt uns eine kleine Gruppe Trailrunner mit einer nepalesischen Führerin entgegen. Die Läufer haben nur dünnes Zeug an, ein kleiner Wassersack ist alles an Gepäck, eines der jungen Mädchen hat blaugefrorene nackte Beine. Mit konzentriertem Gesichtsausdruck fixieren Sie das unmittelbar vor ihnen liegende Wegstück. Von der traumhaften Landschaft bekommen sie sicher kaum etwas mit. Ein kurzer Gruß kommt über ihre Lippen. Und sie hinterlassen Papiertaschentücher und ähnliches am Weg, sehr zur Freude der späteren Touristen. Ich wage nicht daran zu denken, wenn in der Kälte ein Läufer stürzen sollte oder einen Unfall hätte.

Wir sehen bereits auf der anderen Bergseite das Bergmassiv mit dem steil aufsteigenden Zick-Zack-Weg nach Nar. Ein Schild auf 3550 m Höhe weist uns den breiten, ausgebagerten, mit Steinen unterfütterten Weg nach rechts in das tiefe **Nar Khola Flusstal**. Rechts geht der Wanderweg zurück nach Meta und Koto. Eine Hängebrücke und eine alte Holzbrücke führen uns auf 3480 m über den gurgelnden Wasserschlund ans rechte Ufer. Ein Blick von der Brücke nach unten lässt mich erschauern, ein gewaltiges Felsencanyon liegt mehrere hundert Meter unter uns. Diese außerordentliche Landschaftsschönheit hätten wir verpasst, wenn wir über den Phu Pass und Nar Pässe gegangen wären.

Zwei Klöster gibt es hier, wir steigen auf und in 3550 m Höhe besuchen wir das obere, reich ausgestattete Kloster **Nar Satek Thrangu Choephel Ling Monastery**. Zurzeit leben 7 Mönche im Kloster, der Lama ist in Nar und kommt uns heute auf dem breiten, gut zu gehenden Weg entgegen.

11:40 Uhr erreichen wir in 3870 m Höhe das **Gulung Teahouse**, eine kleine Steinhütte mit Flachdach, die von einem jungen sympathischen Paar aus Nar bewirtschaftet wird. Das Mädchen heißt Balsum und ihr Mann Hunsuk. Zum Lunch kochen sie uns Nudelsuppe und braten Chapati und wir trinken heißen Tee.

Bis auf 4030 m Höhe steigen wir weiter den Berg auf Serpentina hoch. Oben stehen wieder Chörten. Dann geht es auf einer Ebene weiter. Der Weg führt in ein Seitental hinab und wieder hinauf auf einen Sattel, den wir 13 Uhr erreichen. In 4150 m Höhe sehen wir lange Steinmauern, die Weiden einzäunen. Die malerische Landschaft hier ist übersät mit wie hingestreut wirkenden Felsen, Bouldern.

Wir passieren eine weitere riesige Chörten, gefolgt von kleineren. Nach einer Biegung taucht vor uns in der Ferne wie von Zauberhand der Ort **Nar** auf. Bevor wir ihn aber erreichen, geht es

erst einmal zwischen riesenhaften hellbeigen bizarren Steinsand-Felsen hindurch, einen sehr steilen Schotterweg hinunter. Meine Fantasie zeigt mir einen Bären, eine Henne, Gesichter usw. Wir werden von "Welcome to Nar" begrüßt, hingepinselt mit blauer Farbe auf einen Felsen.

Der Ort liegt auf der rechten Seite des Tales, die meisten Terrassenfelder gegenüber auf der linken Hangseite, auf einigen sieht man, wie Bauern mit ihren Kindern Feldarbeiten ausführen. Das originale alte Nar Village ist erdfarben, nur die roten Klosterdächer und die neu dazu gekommenen, etwas fehl am Platze wirkenden, blauen Blechdächer der Lodges rechts vom Dorf stechen hervor. Auf einem geraden Weg gelangen wir an weiteren kleinen Chörten vorbei durch ein Eingangstor ins Dorf.

Es ist 14:15 Uhr, ein wunderschön gelegenes freies Sonnental begrüßt uns. Zwei schwarze Hinweistafeln aus Blech sind für die Touristen angebracht: "Points of Interests" und "Location Map of Nar Village!" Drei Stromleitungen führen ins Dorf, es gibt auch eine Stromverteilerstation namens "Nepal Transformer", alle Häuser sind ans Stromnetz angeschlossen.

Es gibt hier oberhalb der Felder und rechts um einen Felsmassiv herum Levadas, künstlich angelegte Wasserkanäle, mit denen man das Wasser auf die Felder verteilen kann. Reichlich Ziegen mit gedrehten Hörnern gibt es hier, schade, dass man kein Fäserchen davon auf den genormten Speisekarten sieht.

Oberhalb einer Levada entlang erreichen wir unsere Unterkunft für die nächsten beiden Nächte, die schöne gepflegte Lodge "Hotel Santi & Restaurant". Gleich rechts daneben steht ein farbenprächtiges, mit viel Gold und leuchtendem Rot versehenem und mit vielen Gebetsketten und senkrechten tibetischen Fahnen geschmücktes neues Kloster, das wir morgen besuchen werden.

Mit Holger unternehme ich einen ersten Rundgang durch Nar. Hier gibt es einen Tempel und drei Klöster, eine Schule, ein Post Office und einen Health Post.

Sonne, wolkenlos, windig, morgens ca. -5°C / +880 m / - 440 m in 6 Std. inkl. 1 Std. Pause

01.11. - Tag 13: Nar - Ruhetag

Wir erkunden die Umgebung des Tals. Holger steigt mit Carsten auf den über dem Dorf aufragenden Berg. Holger steigt allein weiter auf bis auf ca. 4800 m. Oben eine gute Aussicht auf die umliegenden Berge.

Ich laufe auf den Hügel über unserer Lodge und vor bis zum ca. 600 m steilen Serpentinabstieg ins gewaltige **Labse Khola Tal**, in dem der Weg zum **Teri Pass** und weiter nach **Mustang** verläuft. Normal wären wir von Phu über die beiden Nar- und Phu-Pässe an dieser Stelle hochgekommen. Der Nar-Pass und sein Abstiegsweg sind am gegenüber liegenden Berghang andeutungsweise sichtbar.

Überragt wird Nar vom allgegenwärtigen sehr nahen Pisang Peak (Jong Ri) (6051 m) im Süden und dem Kangaru Himal (6981 m) im Osten. Der Chulu Far East (6059/6038 m) und sein Nachbar, der Chulu East (6429 m) im Westen sind nur von bestimmten Punkten oder vom Marsyangdi Tal, dem Annapurnatrek-Haupttal, aus sichtbar.

Nachmittags gehen Purna, Holger und ich ins Dorf. Es wurde gerade ein Yak geschlachtet. Dazu reisen extra junge Männer aus einem entfernten Dorf an, um diese für Buddhisten nicht erlaubte Arbeit zu machen. Die Haut ist zum Trocknen auf dem Sandboden mit Holzpflocken abgespannt. Im Hof eines Hauses auf einer Plastikplane wurde der Körper zerteilt und zerkleinert. Dicke lange Würste, Fleischstücke und Innereien liegen zum Trocknen, Kochen und Räuchern bereit. Vom Yak wird alles komplett verwendet. Sonne, wolkenlos

02.11. - Tag 14: Nar über den Kangla Bhayang Pass (5320 m) nach Ngawal (Nawal) (3660 m)

Kurz nach 5 Uhr stehen wir im Dunkeln auf, das vorbestellte Frühstück wird uns kredenzt von den Lodgebesitzern, einem tibetischen Ehepaar. Mit der sympathischen Frau habe ich gestern einen gemeinsamen Slogan kreiert: "Very Good Cold".

6 Uhr zum Sonnenaufgang laufen wir los, erst durch das Dorf, dann allmählich bergauf. 6:45 Uhr lugt Klara auch über die hohen Berge und wärmt uns mit Ihren Strahlen.

Der heutige Pass ist lange Zeit nicht zu sehen, er liegt links hinter einer Bergecke, erst unmittelbar darunter kann man oben die Gebetsfahnen ausmachen. Holger läuft uns wie immer davon, er ist sehr schnell und geht wie ein Automat. Den Pass erreicht er ca. 1 Std. vor Carsten und mir. Wir gehen beide zusammen, nehmen uns Zeit und machen einige Pausen. Ich schenke Bikash meine dicken Handschuhe, weil er seine vergessen hat.

Wir laufen durch ein Schneeleopard Einzugsgebiet bei **Kangla Phedi** (4530 m), wo wir auch eine kurze Esspause einlegen. Dann geht es erst einmal wieder bergab. Wir überqueren einen von rechts heran rauschenden Bach im Flussbett und später einen mehrarmigen Fluss ebenso. Die Steine sind teilweise vereist, Vorsicht ist angebracht. Beim höher kommen sehen wir bis zur Passhöhe blau-weiß-gerändelte Schneestangen. Zum Glück liegt kein Schnee.

Nun geht es wieder in Kehren steil bergauf bis zu einer Felskuppe. Es folgt eine lange Gerade, die sich nach links in ein Gerölltal hineinzieht und in diesem sich in Kehren hochwindet zum Pass. Ich frage mich bei Herzklopfen und Atemnot in der dünner werdenden Luft: "Warum tue ich mir diese Quälerei des Aufstieges eigentlich an?" Beantworten kann ich es mir nicht. Am Pass oben ist nur noch ein Drittel des normalen Sauerstoffes in der Luft.

Unmittelbar unter dem Pass sehen wir kleine Gletscherseen. Schließlich stehen Carsten und ich "5 vor 12" oben am gebetskettenbehängten **Kangla Bhanyang Pass** in 5320 m Höhe. So sagt es das Schild. Ich klettere ein Stück auf dem schmalen Passgrat nach links, es geht nach beiden Seiten steil hinab. Der Sattel ist beidseitig komplett schneefrei und bietet eine ausgezeichnete glasklare wolkenlose Rundumsicht auf die vereisten Berge der Annapurnagruppe mit deren Nachbarn. Von links sind das Lamjung Himal (6983 m), Annapurna II (7937 m), Annapurna IV (7525 m) und Annapurna III (7555 m), weiter Ganga Purna (7454 m), dahinter spitzt der Gipfel des Machhapuchare (6997 m) hervor, es folgen Tare Kang (Glacier Dome) (7069 m), Khangsar Kang (Roc Noir) (7485 m). Diese Berge werden uns auch die nächsten Tage begleiten. Wir verabschieden uns im Rückblick vom Manaslu, Kangaru, Pisang und Genossen.

Nach einer angemessenen Feierpause beginnen wir den Abstieg nach Süden ins Marsyangdi Tal. Es geht ca. 800 Höhenmeter im Zick-Zack auf einem steilen Pfad mit scharfkantigem Schotter abwärts, bis auf 4520 m Höhe. Wir können teilweise im Geröll rutschen, und die Kehren abkürzen, nur das Gleichgewicht darf man nicht dabei verlieren.

Ab hier beginnt auf einem grasbewachsenen Bergrücken ein angenehmer Wiesenpfad. Wir kommen an einem Hüttenkomplex **Kangla Phedi Süd** vorbei und können den großen **Chulu Wasserfall** sehen. Unten im Tal die kaum benutzte asphaltierte **Landebahn von Humde**.

Danach folgt ein steiler Abstieg durch die beginnende Vegetation bis nach **Ngawal**, das wir 15:35 Uhr ziemlich erschöpft erreichen, Das Dorf liegt auf einem Hügel, kurz vor der **Annapurna-Trekroute** mit dem **Marsyangi River**. Hier stehen neben Hütten mit flachen Steindächern ein Tempel und zwei Gompas.

Und neben anderen Lodges das große mehrstöckige "Shanti Hotel & Lodge", in dem wir heute als einzige Gäste logieren. Eine lauwarmer spärliche Dusche spendet wenigstens etwas Erholung. Wir haben heute eine kleine Maus im Zimmer, sehen nach dem Schlafen gehen, wie sich ein Plastbeutel mit Süßigkeiten raschelnd bewegt. Als wir hin leuchten und näher rücken, wupps, springt das Mäuschen heraus und versteckt sich. Ich binde den Beutel zu, allerdings ist am nächsten Morgen ein kleiner Sprung in einem meiner Brillengläser, die freche Maus hat aus Rache wegen dem Futterentzug reingebissen.

Sonne, wolkenlos, +1225 m / - 1635 m in 9:40 Std. inkl. 2:30 Std. Pause

03.11. - Tag 15: Ngawal über Braga (Bhraka) (3360 m) und Munje (Mugje/Mungji) (3330 m) nach Manang (3540 m)

Frühstück draußen in der Sonne. 8:15 Uhr marschieren wir los, auf der rechten Seite des Tales Richtung Manang, eine kurze Wandertour heute. Erst einmal geht es auf einer breiten Fahrstraße mit Abkürzungen, später auf einem wunderschönen Waldweg bergab bis zum Hauptwanderweg ins Marsyangdi Tal über Mugje nach Braga. Wir sind umgeben von bizarren, vom Regen geformten Steinsandformationen, Mustang lässt grüßen.

Im weiten Tal des **Sabje Khola** zwischen der Annapurna IV und III befindet sich die ehemalige nepalesische Bergsteigerschule "Manang Mountaineering School", die jetzt in Kathmandu ist. Oberhalb des Dorfes Nangsang Goth arbeitet ein kleines Wasserkraftwerk.

Wir gehen unterhalb von **Braga** mit seinem 500 Jahre alten Kloster vorbei. In **Munje** stehen einladende einfache Teehäuser, ich kaufe bei einer Einheimischen weichen Yakkäse und wir trinken Tee. Es gibt sogar Wi-Fi hier.

Der Wanderweg, an einigen Abschnitten auch Fahrweg, ist durch die Trockenheit mit zentimeterdickem feinen hellen Staub bedeckt. Durch die Fahrzeuge, meist Jeeps oder Motorräder, wird er aufgewirbelt und von den Trekkern eingeatmet. Er nistet sich gern in Bronchien und Lunge ein, dann wird man krank. Besser man bindet sich ein Tuch oder eine Feinstaubmaske vor Nase und Mund. Die meisten Trekker und die Einheimischen haben damit vorgesorgt.

Es ist heute wieder genau "5 vor 12": wir sind durch den riesigen Eingangs-Chörten oben in **Manang** angekommen, der Ort ist zum Glück autofrei, die Straße führt unterhalb vorbei, wie z.B. in Marpha. Wir checken ein im mehrstöckigen "Hotel Himalayan Singi", 2 bhutanische Löwen sind das Wappenzeichen.

Es gibt viele Lodges und Restaurants in Manag, dazu German Bakeries und Cafes, wo man neben echten frischgemahlten Espresso-Kaffee Blackforest Cakes, Schwarzwälder Kirschtorte, bekommt. Aber alles hat seinen Preis, für die Nepalesen unerschwinglich. Dafür bezahlen Nepalesen nur 50 NPR (0,39 EUR) für einen Arztbesuch im Manang Aid-post der Himalayan Rescue Association Nepal: Western Touristen zahlen mindestens 45 bis max.100 USD für eine Konsultation. Ich begleite unseren Träger Rakesh, der Zahnschmerzen hat, zur slowenischen Ärztin, die in der Trekkingsaison hier praktiziert. Sie untersucht ihn, seine Zähne sind ok, das Zahnfleisch entzündet, er bekommt Antibiotika dafür, gratis.

Abends im Speisesaal sehe ich zufällig Sanga Bahadur Rai mit einer 5-Personengruppe aus Berlin, die er als Guide begleitet. Die Wiedersehensfreude ist enorm, wir umarmen uns, haben viel zu erzählen. Jens und Jeanette König aus Berlin kenne ich von früher, Michael ist dabei mit Tochter Annika und Schwiegersohn Kai.

Abends lädt Sanga mich und Holger ein zu einem kleinen Umtrunk, in ein kleines Teahouse, das von einer Frau aus dem Solukhumbu nahe Basa geführt wird.

Sonne, Wolken in den Bergen, +200 m / - 305 m in 3:05 Std. inkl. 30 min. Pause

04.11. - Tag 16: Manang - Ruhetag

Heute ist ein großes **Klosterfest in der Monastery** direkt über unserem Hotel. Bereits 4:40 Uhr beginnen die Mönche zu trommeln und blasen. Im Klosterhof, bzw. Milarepa Memorial Park wird von den Mönchen eine Statue von Milarepa als Jäger mit seinem Hund enthüllt und geweiht. Dazu sind jede Menge rotgewandeter Mönche aus Nah und Fern sind angereist.

9 Uhr kommt eine Gruppe in Folkloregeränder gekleidete Männer der umliegenden Dörfer zum Kloster. Es folgen deren buntgekleidete Frauen, die alle seidene Kattha-Schals bereithalten, um diese den vorbeidfilierenden höhergestellten Mönchen und Honoratioren umzubinden. Einheimische Besucher sind gekommen aus Manang und vielen Orten der Umgebung. Es sind Gäste da aus Bhutan, Hongkong, Taiwan, China, Japan sowie die zufällig hier pausierenden Trekker aller Nationen, darunter einige Buddhisten. Die meisten der Anwesenden haben im terrasierten Klosterhof Platz genommen auf bereit stehenden Plastikstühlen. Alle Besucher bekommen von freiwilligen Helfern Essen und Trinken gereicht: es gibt süßen Reis mit Rosinen und Cashewnüssen, kleine runde Muffins, tibetischen Tsampa und Buttertee. Für die älteren und hochstehenden Mönche, den Lamas, wurden extra bequeme Plätze eingerichtet. Sie bekommen jeden Wunsch von den Augen abgelesen, die Speisen und Getränke werden ihnen als Erste gereicht. Die jüngeren Mönche zeigen sich den erfahrenen Mönchen gegenüber ehrerbietig und verbeugen sich oft. Es sind Profi-Fotografen da und auch ein Fernsehteam.

Nach der Enthüllung Milarepas folgt der Kreistanz und Gesang der Männer und Ihrer Frauen, begleitet von zwei großen Trommeln. Später werden auch Touristen aufgefordert, mitzutanzten. Wir kennen den Singtanz bereits aus Phu und besichtigen noch das Klosterinnere mit dem goldenen Buddha.

Später laufe ich zum **Gangapurna See**, unterhalb von Manang gelegen. Im schön gestalteten

und geschmückten Ufergelände des Sees gibt es eine kleine Gaststätte.

Holger steigt auf den links über dem See aufragenden Bergkamm mit den Gebetsfahnen und weiter hoch zu aufgelassenen Siedlungen mit vielen Blauschafen und weiter zu einem Bergkamm mit grandiosem Blick auf die Annapurnagruppe und Umgebung von Manang. Weiter oben gäbe es noch einen Bergkamm mit Superaussicht auf die Annapurnagruppe. Die Tour eignet sich gut zur Akklimatisation und ist in keiner Karte und auf keinem Schild eingezeichnet. (Holger Bischoff) Sonne & Wolken

05.11. - Tag 17: Manang über Khangsar (3734 m) und Shri (Siri/Seeri/Sheree) Kharka (4076 m) nach Tilicho Lake Base Camp (4150 m)

Früh wolkenlos mit sehr guter Sicht auf die Annapurna IV und II, vor uns der Hausberg von Manang, die Annapurna III, ganz rechts über dem langen Tilicho Massiv die Gangapurna

8:30 Uhr laufen wir los, durch den schönen Ort und dann im Marsyangdi Tal aufwärts. Das Marsyangdi Khola biegt nach links ab zum Tilicho Lake, auch die staubige Fahrstraße biegt nach links ab. Zum Glück können wir meist auf eigenen Wanderpfaden oberhalb der Straße laufen. Von rechts kommt das Thorung Khola, es sind nur noch breite Fußwege bis zum Thorung La Pass. Über eine Hängebrücke gehen wir nach links und stoßen unten wieder auf die Fahrpiste.

Ringsum malerisch bizarre Steinsandfelsformationen mit Bäumen. Darüber der Tilicho Peak mit seinem langgezogenen Bergmassiv. Es sind einige westliche Touristen unterwegs, aber auch viele, meist jüngere Nepalesen, die den Heiligen Tilicho See besuchen möchten.

9:15 Uhr sind wir bereits in **Khangsar**, laufen aber ohne Pause durch den Ort, da Holger schon wieder weit voraus ist. Viele neue Lodges stehen neben den Häusern der Einheimischen. Bis hierher dürfen/können auch die Jeeps, Trucks und Motorräder fahren. Danach wird der Weg schmal und führt steil ansteigend aus dem Dorf. 100 m höher endet der Anstieg und es geht moderat ansteigend weiter.

Auf 3900 m wird der Weg wieder breit und ist als Fahrweg ausgebaut. Inmitten der Bäume stehen bizarre Felsgruppen. Wir sehen in der Ferne unseren heutigen und morgigen Weiterweg. Nach einer Weile kommen wir an das große **Thare Gompa Kloster**. Von hier oder von Khangsar aus führt ein Weg nach Gyanchang ins Thorung Khola Tal. Oberhalb des Klosters liegt **Shri Kharka** mit einigen Lodges und einem Bäckerladen. Gegenüber im "Hotel Tilicho Peak & Restaurant" bestellen wir unser Mittagessen. Gemütlich auf der Terrasse in der Sonne sitzend genießen wir den längeren Stopp.

12 Uhr geht es weiter. Wir kommen 20 min. später in 4190 m Höhe zu einer einzeln stehenden Lodge namens "Hotel Blue Sheep & Restaurant" in **Upper Shri Kharka**. Über uns am Hang gehen einzelne schmale Pfade entlang und führen über den Bergrücken nach Norden. Nach einer Weile kommen wir an kilometerlange steile Geröllhänge, ein Schild warnt vor Erdbeben und Steinschlag. So geht jetzt immer mal mein Blick nach oben, ich habe ein flaes Gefühl im Magen. Dazwischen schlängelt sich der schmale Weg durch verschiedene spitzgezackte Felsgruppen, Pinnacles.

Vor uns in den Felsen liegt ein riesiges Quertal, das wir auf einer Hängebrücke überqueren, dann geht es auf künstlich angelegten Treppen mit Geländer in Kehren hoch zu einem Pass mit Aussichtspunkt, von dem man noch einmal den ganzen Weg bis Manang mit den dahinter liegenden Schneebergen sehen kann.

Nach dem Pass geht es auf einem relativ breiten Fußweg in ca. 4250 m Höhe in leichtem Auf und Ab weiter. Ein Abzweig weist uns gerade aus zum Lower Trail, rechts geht es hoch zum Upper Trail. Der Weg führt wiederum durch bizarre Pinnacelfelsen.

Wir erreichen nach einem letzten leichtem Abstieg 14:45 Uhr das **Tilicho Lake Base Camp**. Es liegt noch weit unterhalb des Sees. Es stehen einige neu erbaute Lodges hier. Jede Lodge hat einen anderen Besitzer, das ist von der Regierung so festgelegt, damit keine Monopolstellung entsteht. Wenn alles fertig gebaut ist, soll es einmal ca. 500 Übernachtungsplätze geben. 7 Monate im Jahr ist hier geöffnet. Immer eine Lodge muss das ganze Jahr durchgehend geöffnet sein, die Besitzer wechseln sich der Reihe nach ab. Die Menüs in den Speisekarten sind fast überall dieselben, die Preise vorgegeben: je höher die Lodge liegt, umso teurer wird es.

Es sind viele Touristen hier, meist Nepalesen. Daher scheint alles ausgebucht zu sein. Sanga hat seinen jungen Bruder vorgeschickt, um für uns Drei und die 5 Berliner Zimmer zu reservieren, bei dem Andrang hier nicht so einfach. Wir bekommen schließlich zu dritt ein Eckzimmer in der noch im Bau befindlichen Lodge "Hotel New Tilicho Base Camp & Restaurant". Über uns ziehen die Berliner von Sanga ein. Da die Decke noch nicht gedämmt ist, hören wir jeden leisesten Pups von oben, am schlimmsten ist es am zeitigen nächsten Morgen, da die "Preußen" schon 2 Std. vor uns aufstehen und losmarschieren, unmöglich, bei dem Gepolter, Getrappel und Geschnatter weiterzuschlafen.

Auch hier sitzen wir wieder ab dem Nachmittag am heißen Eisenofen der Lodge, der Besitzer ist noch jung, ca. 30 Jahre alt. Purna und heute auch Sanga kümmern sich um genügend Holz und Yakmist-Puffer. Sonne, wolkenlos, +985 m / - 350 m in 7:10 Std. inkl. 1:45 Std. Pause

06.11. - Tag 18: Tilicho Lake Base Camp zum Tilicho See (4920 m) und zum Tilicho Khola Base Camp (4940 m)

8:15 Abmarsch vom Base Camp. Aus einem an einer höher gelegenen Quelle angeschlossenen schwarzen PVC-Wasserschlauch kommen viele gleichgroße tonnenförmige Eiswürfel heraus, was sehr lustig aussieht.

Der Weg hoch zum Heiligen See gleicht einer Müllkippe, alle denkbaren Dinge liegen herum, Zigarettenschachteln, Wasserflaschen, Colaflaschen, Einwickelpapier; Papier-Taschen-Tiger sowieso.

An einigen Stellen sind große Löcher in die Erde gebuddelt, die gut mit Plastik- und Glasflaschen gefüllt sind. Ein Schild weist darauf hin, nur hier den Müll reinzutun, wenn man ihn nicht wieder mit runternehmen möchte.

Kurz vor dem See begegnen wir Sanga mit seiner Berliner Gruppe um Jens & Jeanette König beim Abstieg, wir machen einige Erinnerungsfotos.

Am Heiligen See findet am Badeplatz des Guru Rimpoche in der Regel jedes Jahr im August ein Pilgerfest statt. 12 Uhr erreichen wir das Teahouse oberhalb des **Tilicho Sees**. Wir trinken Tee und essen ein paar Kekse. Der See ist vor unserer Ankunft in der Sonne türkisblau.

Genau zu unserer Ankunft zieht es sich zu, der See wird dunkel, der Himmel auch, Es fängt an zu stürmen und leicht zu schneien. Kein gutes Zeichen, irgendein Gott möchte uns hier nicht haben oder uns warnen, weiterzugehen, so kommt es mir vor.

Danach haben wir eine Weile unser Camp gesucht, es lag ein Stück weiter auf dem Weg zum Mesokanta La Pass in einem kleinen versteckten Zwischental.

Das Wetter ist nun umgeschlagen und der Sturm drückt uns vom See weg. Die beiden gelben geodätischen Zelte und das Küchenzelt im **Tilicho Khola Base Camp** wurden von Purna und den Trägern mit großen Steinen am Boden beschwert. Die orkanartigen Windböen reißen dramatisch an den Zeltwänden. Im Küchenzelt ist es dunkel und eng, alle fünf Nepalesen arbeiten für unser Abendessen, trotzdem dürfen wir mit drin sitzen und bekommen Tee zu trinken. Im Daunenschlafsack ist es nachts kuschelig warm, und es schneit die ganze Nacht.

bis 12 Uhr: Sonne, wolkenlos, +1010 m / - 150 m in 5:40 Std. inkl. 1:45 Std. Pause

ab 12 Uhr: Wolken, Sturm mit Orkanböen, nachts Schneefall

07.11. - Tag 19: Tilicho Khola Base Camp - Abstieg nach Khangsar (3734 m)

Am Morgen liegen ca. 10 cm Schnee, in Senken 30 cm, der weitere Weg ist aber noch gut zu erkennen. Allerdings herrscht starker Nebel, so dass wir in den Bergen nichts sehen von der Umgebung. Der heutige Weg führt von hier aus 420 m hoch über den Tilicho Lake. Zuerst zum Eastern Pass High Camp (5240 m), dann über den Eastern Pass (5340 m). Weiter gerade aus und in Seehöhe links abbiegend zum See hinunter zur Northern Campsite Kharka (4940 m). Aufstieg zum Mesokanta La Pass (5121 m), der lange Abstieg erfolgt auf einem, öfter teilweise vereisten, Gletscher (es werden Steigeisen und Lekistöcke benötigt) abwärts bis High Kharka unterhalb des Gletschers. Der nächste Platz heißt Kaisang (3510 m) und liegt an den Nama Phug Höhlen. Ganz unten ist das Thini Khola Tal zu durchwandern, vorher geht es vorbei an der Prabsa Goat Farm (3180 m) und am Dorf Thini (2840 m), um auf die andere Flussseite des

Kali Gandaki River nach Jomsom (2720 m) zu gelangen.

Der Normalweg über den Mesokanto La ist beschildert und mit blau-weißen Schneestangen versehen, sollte also gut zu finden sein. Der nördlich davon gelegene Mesokanto La (North) ist einfacher im Abstieg, aber der Zugang ist weglos, das heißt, man muss über Schneehänge schräg nach oben und dann noch den richtigen Pass finden. Es gibt einen weiteren unklaren Trail südlich parallel zum Normalweg, der über das Tilicho Northern Moraine Top Camp und über den Mandala Pass führen soll. Auf anderen Karten ist der Mandala Pass mit dem Mesokanto La (North) identisch.

Carsten teilt uns am Morgen mit, dass er den geplanten Weiterweg über einen der Mesokanto La Pässe Richtung Jomsom nicht mitgehen wird. Er sagt, er traut sich nicht, den steilen vereisten Abstieg nach dem Pass zu bewältigen. Wir erfahren, dass er keine Steigeisen dabei hat, ohne die heute die Passquerung sicher nicht möglich wäre. Unsere Crew und wir haben alle Leichtsteigeisen dabei, Holger richtige Steigeisen.

Nach kurzer Absprache mache ich auch einen Rückzieher, das schlechte Wetter mit dem Schnee, der dichte Nebel und der gestrige Sturm als böses Omen haben mir den Mesokanto La verleidet. Wir bieten Holger an, dass wir die Crew aufsplitten und zu zweit abzusteigen, und er geht über den Pass, aber er möchte das nicht allein. So gehen wir alle auf dem gleichen Weg zurück bis nach Khangsar.

8:20 Abmarsch denselben Weg zurück, diesmal durch den Schnee bis zum Teahouse am **Tilicho See**. Dann bergab durch den Schnee, der bis auf 4500 m Höhe liegt. Die Berge ab 5500 m sind alle im Nebel verschwunden. Bikash hat sehr glatte Schuhe und rutscht zweimal mit dem Gepäck in den Schnee, deshalb binde ich ihm meine Leichtsteigeisen drunter. Nun kann er damit den Berg hinunter rennen.

Das **Tilicho Lake Base Camp** verlassen wir nach einer Teepause um 11:30 Uhr.

Eine halbe Std. Pause in **Shri Kharka** und 01:30 Uhr geht es weiter bergab mit uns.

15 Uhr erreichen wir unseren heutigen Übernachtungsort **Khangsar**. Purna telefoniert herum und ordert für 18.500 NPR einen privaten Jeep für morgen früh, der uns zurück nach Besi Sahar bringt. Wir sind die einzigen Gäste im "Tenz Hotel & Restaurant"

Wolken, Schnee & Nebel, +325 m / - 1540 m in 6:40 Std. inkl. 1 Std. Pause

08.11. - Tag 20: Jeepfahrt Khangsar über Manang und Dharapani nach Besi Sahar (760 m)

8:15 Uhr starten wir alle mit dem gemieteten indischen Mahindra Bolero Pickup-Jeep. Im Freien hinten sitzen Purna, Dawa und Robin, am Ende der Tour sind sie "etwas" eingestaubt. Im Inneren sitzen neben dem Fahrer der kleine Bikash und Carsten, hinten sitzen Holger, Rakesh und ich. Mit dem Jeep fahren wir ab Khangsar die lange Strecke abwärts nach Besi Sahar. Der Fahrer ist ein Profi und fährt am Limit. Was für uns kein Problem ist, so kommen wir schnell nach unten. An den Check Posts lässt Purna unsere Permits abstempeln.

Obwohl es schon fortgeschrittener November ist, kommen uns noch sehr viele Touristen mit großen Rucksäcken entgegen, meist ohne Guides oder Träger. Durch den Jeep wird der Staub aufgewirbelt, die genervten Trekker drehen sich weg oder schieben sich Tücher vors Gesicht. Oft geht der Trail ein Stück weit weg von der Straße oder am anderen Flussufer entlang.

Ein aalglatter korrupter Polizist, ein junger Schönling hält mit schmierigem Grinsen unser Fahrzeug an, zählt einige Sachen auf, was am Auto nicht in Ordnung ist, schreibt in Ruhe einen Strafzettel und bekommt Geld vom Fahrer. Das sich dieser aber von uns wieder holt, denn das ist ganz sicher bereits im Gesamtpreis mit verrechnet worden.

Eine riesengroße Ziegenherde läuft in **Timang** vor uns auf der Staubpiste, es geht im Ziegentrippel-Tempo hinterher. 1000-stimmiges Gemecker auf 4000 Beinen, dazu die laute nepalesische Hip-Hop-Musik aus den Autoboxen und natürlich die Autohupe. Nebenbei führt der Fahrer noch laut angeregte Telefongespräche. Es dauert 10 min. bis die Tiere auf eine Wiese ausweichen und wir vorbei fahren können.

Es fängt leicht an zu regnen, so ist der Staub der Piste gebunden. Die Trekker freut es. 11:45 Uhr sind wir in **Bagarchhap** (2160 m). Bis hier sind uns nur 4 Jeeps, 1 LKW und einige Motorräder entgegen gekommen.

Es wird uns langsam warm, wir lassen einige Hüllen fallen. Wir fahren durch die diversen Ortsteile von **Dharapani**. Mittagspause wie auf der Hinfahrt in **Chyamche** im Schnell-

Restaurant direkt vis-a-vis des 202 m hohen Wasserfalls.

13:30 Weiterfahrt. Ab **Syange** wird auch die Straße besser und breiter, es sind wieder mehr Autos und Motorräder unterwegs. Es ist heiß geworden. Immer noch kommen Trekker angelaufen. Viele wollen die komplette klassische Annapurna-Runde gehen und laufen daher von Besi Sahar los. An einem abgerutschten Berghang oberhalb von Syange (1100 m) hat ein Bagger eine provisorische sandige mit großen Steinen gespickte Zickzack-Straße aus dem Berg gebaggert, deren Kurven so eng sind, dass die LKW und Jeeps an einer Stelle zurücksetzen müssen, um durchzukommen. Es sieht alles gefährlich und sehr instabil aus, aber was will man machen?

Wir fahren links an Talsperren und eingezäunten Wasserkraftwerken vorbei, die den Marsyangdi Nadi Fluss zwar nicht bändigen, aber wenigstens etwas von seiner Kraft für die hier lebenden Menschen abzwacken können. Auch eine Kläranlage gibt es hier.

Die quirlige Kleinstadt **Besi Sahar** erreichen wir 15:35 Uhr, noch vor Dunkelheit. Es gibt einige Touristen hier. In einem kleinen Café trinken wir Cafe Americano und Capuccino und essen Black Forest Cake, Schwarzwälder Kirschtorte. Zum Abschied laden wir unsere fünf fleißigen nepalesischen Begleiter zum Bier und Abendessen ein. 6 große Flaschen Tuborg werden "vernichtet". Zum Schluss überreichen wir die bereits vorbereiteten und mit Namen versehenen Briefumschläge mit dem wohlverdienten Trinkgeld. Wir zahlen jeder 310 EUR für das Trinkgeld ein und so bekommt Purna 250 EUR, die 4 Träger jeweils 21.000 NPR = 170 EUR. Übernachtung im "Hotel Tilicho & Lodge"

Wolken, oben Nebel, später Sonne & leichter Regen, Fahrt + 970 m / - 3750 m in 7:40 Std. inkl. 30 min. Pause

09.11. - Tag 21: Fahrt im Minibus Toyota Hiace von Besi Sahar nach Pokhara (820 m)

Purna hat uns einen Transfer nach Pokhara besorgt. Pro Person zahlen wir 500 NPR für die Fahrt. Wir verabschieden uns 6:15 Uhr kurz nach Sonnenaufgang von vier von unseren Begleitern, die nach Kathmandu zurück fahren. Carsten, Holger und ich fahren zusammen mit Rakesh, der zu seinem Onkel fährt, über **Dumre** nach Pokhara. 10 Uhr Ankunft in **Pokhara**. Es ist sonnig und heiß, gute Sicht auf die Schneeberge, die die Gartenstadt umgeben.

Ausstieg am Micro Bus Ticket Counter an der belebten **Prithivi Chowk** Kreuzung. Rakesh ruft kurz vor Ankunft unser Hotel "Lake View Resort" an und schon nach wenigen Minuten taucht ein Fahrzeug auf zum Transfer ins Hotel. Die Taxifahrer am Platz hatten schon mit uns geliebäugelt und sind etwas enttäuscht.

Das Hotel liegt in **Lake Side** direkt am **Phewa See**, wir bekommen das letzte freie Zimmer im Hauptgebäude im zweiten Stock mit Balkon und Aussicht auf den Hotelhof, die Straße, den See und die nahen grünen und die fernen weißen Berge. Carsten zieht für die erste Nacht ins Nachbarhotel, kann aber morgen in unser Nachbarzimmer einziehen. Normal hatten wir ja auch erst ab morgen die Zimmer gebucht, wir sind nun einen Tag eher hier. Unser Hotel ist komplett ausgebucht mit Reisegruppen älterer Semester, die in Nepal eine Städterundreise mit einem großen Bus durchführen, also nur Besichtigungen, kein Trekking. Ihr junger Guide heißt Gagan Bhattarai. Er hat eine eigene Reiseagentur, spricht perfekt Deutsch und hat seine Leute gut im Griff.

Wir spazieren durch die Touristenmeile **Lake Side**, laufen dann am Seeufer entlang und suchen uns ein schönes Gartenrestaurant zum Mittagessen. Ich probiere das marinierte Schweinesteak mit Garlic Naan, Pommes Frites und gebackenem Gemüse, sehr lecker.

Nach 4 Uhr trinken wir in einem Hotelbiergarten der Lake Side süffiges einheimisches Fassbier. Auf einer Tafel steht "Buy one - get one", also "Kaufe eins - bekomme eins". Wir kaufen also eins, bekommen aber zwei, bezahlen aber eins. Höhere nepalesische Denkart, das muss man nicht verstehen. Unser Dinner verspeisen wir im Restaurant "Black & White" gleich neben unserem Hotel. Ich bestelle drumsticks, das sind kleine marinierte Hühnerkeulen.

Im "Lake View" bietet abends wie immer eine nepalesische Folkloregruppe ein Programm für die zahlreichen Touristen. Zuletzt werden die Besucher animiert, mitzutanzten. Wir bekommen noch Platz an einem Vierertisch direkt am Tresen. Wir probieren die wohlmundenden zwei Sorten Fassbier: das Khumbu Kölsch Sherpa Draft Beer, ein Lager und das Himalayan Red Draft, ein Schwarzbier. Bier, also auch das Flaschenbier, kostet in Pokhara oder Kathmandu in

den Gaststätten ca. 400-600 NPR, also 3-5 Euro. Relativ preiswert sind die Cocktails: Mochito, Pina Colada, Margarita, die ich alle sehr geschmackvoll finde und für die das Lake View berühmt ist. Nur Carsten hat Pech mit seinem Mixgetränk, ihm ist anschließend den ganzen Abend schlecht.

10.11. - Tag 22: Pokhara - Besichtigungen

8:30 Frühstück im Gartenrestaurant des "Lake View". Durch die vielen Touristen kommt man etwas schwer heran an das leckere Buffet. 10 Uhr gehe ich mit Holger los, in Lake Side das linke Seeufer erkunden, immer möglichst nahe am Ufer. Wir laufen auf schmalen Wegen, durch schöne Parks, entdecken im **Basundhara Park** die schöne Hindu-Tempelanlage "**Kedareswor Mahadev**. Am Ufer versuchen Angler ihr Glück. Einige "anrühige" Bäche oder Kanäle fließen von der Stadt aus in den See, daher sollte man das Baden an dieser Uferseite unbedingt vermeiden. Am Seeende stehen kleine Hütten am Ufer. Die Staumauer sehen wir von der anderen Seite in **Dam Side**, nachdem wir mehrere Kanäle und Brücken passiert haben. Sie staut den See ca. 5 m hoch an. Ein zwielichtiger Mann spricht uns an, ob wir einen Guide für den Weg durch den Wald hoch zur Friedensstupa brauchen. Holger las gerade auf einem Schild, dass man hier nur mit einem (richtigen) Guide und nicht allein in den Wald gehen soll. Schnell suchen wir das Weite, bleiben immer am **Seti River** in Ufernähe. Auf einem Wiesenweg und später auf einer breiten Asphaltstraße spazieren wir zwischen schönen Häusern entlang Richtung **Devis Fall**. Diesen besuchen wir und auch die gegenüber liegende **Mahendra Höhle**. Zurück fahren wir mit dem Local Bus für 2x 15 NPR bis kurz vor Lake Side, ein aufdringlicher Taxifahrer zuvor wollte 500 NPR haben.

Im Garten des relativ neuen Hotels "Snow Hill Lodge" essen wir zu Mittag. Hier ist es wirklich schön, es liegt auch am See, allerdings ist noch ein Park davor, kein Verkehrslärm dringt herein wie im Lake View, keine lärmenden Touristengruppen, die DeLuxe Zimmer sehr sauber und modern aber gemütlich eingerichtet, alle mit großem Balkon. Die Zimmerpreise ähnlich wie im Lake View Resort. Die Angestellten sind auf natürliche Art supernett. Das Essen wird im zugehörigen "Trail's End" Restaurant von einem erfahrenen Koch zubereitet, es ist gourmetmäßig angerichtet und schmeckt ausgezeichnet. Große Empfehlung für Leute, die es ein bisschen gediegen haben möchten und keinen Touristenrummel brauchen.

11.11. - Tag 23: Flug von Pokhara nach Kathmandu / Kathmandu - Freizeit

Abschied von Pokhara. Ich sitze mit Holger am Seeufer und genieße die letzten Minuten. Wir fahren mit dem Hotelshuttle zum nahen Airport, checken unser Gepäck ein. In der zugigen Wartehalle hole ich mir einen Schnupfen. 13 Uhr fliegen wir **von Pokhara nach Kathmandu**.

Niru holt uns wieder persönlich vom **Domestic Airport** ab. Carsten bringen wir ins Hotel, er übernachtet wieder im Rama Inn Boutique Home. Holger und ich wohnen wieder in Niru's Home-stay. Überraschend weilt Nirus großer Sohn Milan für kurze Zeit aus Honkong zu Besuch hier, wir freuen uns beide sehr über das Wiedersehen. Milan arbeitet in einem Architektenbüro für Häuserbau als Organisator. Seine Frau Nabina und sein dreieinhalb-jähriger Sohn Aaron sind in Honkong. So sind nun alle 3 erwachsene Kinder von Niru im Haus.

Am Abend bekommen wir in Nirus Haus ein reichliches Abschiedsabendessen serviert, Jansari, Sunita und Kiran haben es zubereitet und bedienen Holger, Carsten, mich und Niru. Es gibt auch Rakshi aus dem Heimatdorf Basa und Tuborg Bier. Wir verabschieden uns von Carsten, der morgen nach Hause fliegt. Übernachtung in Nirus Homestay.

12.11. 9 - Tag 24: Kathmandu - Freizeit

Carsten wird heute zum Flughafen gebracht, sein Rückflug von Kathmandu geht um 12:40 Uhr mit Turkish Airlines TK 727.

Sunita bereitet uns wieder das europäische Frühstück mit Tee, Spiegeleiern, Toast, Marmelade und Erdnussbutter.

Von Nirus Haus in **Dhapasi** laufen Holger und ich zum mir von 2015 noch bekannten "Hotel Panda", einer kleinen Speisebar für Einheimische, trinken und essen eine Kleinigkeit. Als der

junge Chef Gyan Rai mich sieht, meint er sofort "You are Teuchi". Na das ist doch mal ein gutes Gedächtnis. In Dhapasi hat sich viel verändert in den letzten Jahren. Die Häuser sind mehr, höher und moderner geworden. Es gibt jetzt viele Läden hier, auch kleine Supermärkte, neue Restaurants sind entstanden. Direkt um die Ecke von Nirus "Privatstraße" gibt es eine große Gaststätte, sogar mit Biergarten und Parkmöglichkeiten. Das "Panda" war vor 4 Jahren das einzige hier.

Ein Agenturfahrer bringt uns nach **Thamel**. Dort erledigen wir noch einige Besorgungen, ich lasse mir bei einem von Niru empfohlenen bärtigen alten Mann einige Basecaps besticken. Mir fällt auf, dass es in den Touristenläden keine Dalai Lama Bilder, keine Free Tibet Fahnen oder Free Tibet T-Shirts mehr zu kaufen gibt. Anschließend fahren wir mit einem Taxi für 500 NPR nach **Patan** in die berühmte **Königstadt Durbar Square** und unternehmen dort eine ausgedehnte Besichtigungstour, inklusive Besuch der Museen, Innenhöfe und des **Golden Tempel**, den wir erst nach einigen Anläufen finden. Hoch über Patan mit guter Aussicht auf die Tempelanlage speisen wir in einer nepalesischen Gaststätte für Touristen. Die Rückfahrt kostet 600 NPR nach **Thamel**. Ich hole die fertigen Mützen ab. Nach Sonnenuntergang chartern wir zuletzt ein Taxi nach Basundara-Dhapasi für 600 NPR. Der Fahrer fährt wegen dem Chaos auf den Straßen auf interessanten Schleichwegen bis zur Ringroad, ich dirigiere ihn durch **Basundhara** und wir kommen heil in **Dhapasi** an. Abendessen bei und mit Niru.

13.11. - Tag 25: Kathmandu - Freizeit

9 Uhr nach dem Frühstück fahren Holger und ich mit Niru und Buddhi Bahadur Rai im neuen Toyota Hiace zum Swayambhunath Temple. Von dort wandern wir hoch auf den bekannten Berg zuerst zum **Tsarong Thupten Kloster**. Wir fragen wegen Besichtigung, ein Zivilangestellter wimmelt uns ab: wir sollen nach 13 Uhr wiederkommen.

Also weiter zum nächsten, dem **Druk Amithaba Mountain Kloster**. Hier werden zurzeit neue Gebäude errichtet, es gibt immer noch vom Erdbeben 2015 beschädigte Häuser und seit Juni diesen Jahres ist der Besuch durch Touristen verboten. Da ich schon mehrmals das komplette Kloster besichtigt habe, versuche ich es Holger zuliebe noch einmal. Ich lasse mich am Eingangstor von den Security Männern nicht abwimmeln. Da ich bereits unterwegs einigen Nonnen des Klosters sagte, dass wir unbedingt ihr Domizil besichtigen möchten, läuft schließlich eine davon zu einer höheren Nonne, diese kommt zum Tor und ruft im Security-Gebäude eine weitere Vorgesetzte an. Schließlich erlaubt "man" uns eine kurze Besichtigung von max. 10 Minuten und nur im Außengelände. Wir bekommen zwei Besucherausweise zum Umhängen und werden von der netten Obernonne die mittlere Treppenanlage mit den vielen Goldenen Statuen hinauf geführt... und auf der anderen Seite sogleich wieder zurück. Das wunderschöne Hauptgebäude dürfen wir nicht besichtigen. Zuletzt lädt sie uns noch in den Gästespeisesaal ein zu Saft, Nepaltee und Keksen. Wir bedanken uns für die gewährte Ausnahme und die Einladung und hinterlassen eine kleine Spende für das Kloster.

Dann laufen wir die Straße landwärts weiter, unterhalb des Meditationsklosters und später biegen wir ab nach rechts unten. Dann durch Hausgrundstücke auf die Straße und zum **Ichangu Narayan Tempel**.

Nach dessen Besuch laufen wir durch die jetzt komplett mit immer größer werdenden Häusern zugebaute Landschaft. Vor vier Jahren gab es hier noch viele Felder. Auch die Berghänge werden nach und nach von Häusern zugebaut. Wir sehen hier riesige Hühnermastanlagen, genauso wie bei uns. Kurz vor der Ringroad speisen wir im ersten Stock eines nepalesischen Cafés zu Mittag, es gibt Momos, gegrilltes Hühnchen und Nepal Ice Beer.

Wir trennen uns an der Ring Road: Holger besucht noch den Swayambhunath-Affentempel und den Kathmandu Durbar Square Königspalast.

Ein local bus kommt angefahren, ich frage den Busbegleiter: "Basundhara?", er nickt und winkt mir, ich soll mich beeilen. Während der verlangsamten Fahrt springe ich auf, entere einen Sitz neben einer hübschen jungen Nepalesin, mit der ich auch gleich ein angeregtes Gespräch in Englisch führe. In 20 min. erreichen wir **Basundhara**, ich bezahle den festen Bustarif von 20 NPR und laufe das kurze Stück hoch nach **Dhapasi**. 15 Uhr bin ich zurück in Nirus Haus. Zum Abendessen bei Niru bekommen Holger und ich als Hauptgericht leckere Momos und Wildschweinbraten.

+ 330 m / - 330 m in 3:30 Std. inkl. 30 min. Pause

14.11. - Tag 26: Flug Kathmandu - Chengdu

Spätes Frühstück bei Niru. Ein Online Check-in bzw. Sitzplätze reservieren für den Rückflug über China ist wieder nicht möglich, trotz der Mithilfe von Kiran. Wir besichtigen noch das Agenturlagerhaus, wo Manbir und Yogesh im Büro am PC sitzen und sich um Hotels, Permits usw. für unsere Kunden kümmern. Ein weiteres Haus daneben wurde gekauft, es wird im oberen Bereich als Lager und Trockenboden benutzt, die unteren Etagen sind vermietet.

11 Uhr Abschied zu Hause von Jansari, Sunita (21), Kiran (30) und Milan (33). Niru fährt uns persönlich im Ford SUV zum **Airport**. Wir verabschieden uns herzlich von einander, bekommen schöne blauglänzende Abschiedsschals umgebunden.

Es folgt die übliche "Zeremonie" des Eincheckens. Wir sitzen in einem der vollbesetzten Warteräume im Transitbereich. Der Airport platzt bald aus allen Nähten, die maximale Kapazität ist längst überschritten.

16:30 Uhr mit 1,5 Std. Verspätung wegen technischen Problemen, wo wir in der Maschine warten mussten, fliegen wir von Kathmandu ab mit der Air China CA 438 nach Chengdu. Der Flug dauert 2,5 Std. Wir sitzen links und haben ausgezeichnete Sicht auf die neben uns ausgebreiteten höchsten Schneeberge des Himalaya. Das klappt bis zum Makalu, dann fliegen wir über das höchste Gebirge der Erde hinweg. In Chengdu holen mit uns wieder alle europäischen Fluggäste frustriert, aber brav Ihr Gepäck vom Band und checken komplett aus. Danach müssen wir das Gepäck und uns gleich wieder einchecken, eine nervenzerfetzende langwierige Angelegenheit in China.

15.11. - Tag 27: Flug Chengdu - Frankfurt am Main

6 Std. Zwangsaufenthalt in China müssen wir überstehen, ehe unser regulärer Weiterflug um 01:55 Uhr nach Frankfurt am Main startet. **Ankunft in Frankfurt** um 05:40 Uhr. Es dauert ewig, ehe unsere Rucksäcke endlich das Licht der Welt erblicken. So schaffe ich nur mit Holgers Hilfe und Sachkenntnis gerade so um 07:43 Uhr meinen Intercity Express über Frankfurt-Hbf nach **Leipzig**. Der Zug nach **Chemnitz** fährt 6 min. nach der Ankunft des ICE ab. Gesamt-Reisezeit für diese Rail- & Fly-Bahnfahrt war 4:30 Std. Mietzi holt mich mit dem Auto ab und in kurzer Zeit sind wir Beide zu Hause.

Hinweise:

Neben Mustang empfehle ich unbedingt auch für die Annapurnarunde eine Staubmaske oder Gesichts-Staubtuch, oder eine professionelle Feinstaubmaske mit Ventil FFP1. Durch beide sollte man genügend Luft bekommen und sie sollten schnell vor Mund und Nase anzubringen und ebenso zu entfernen sein.

Bei dieser Tourplanung waren wir alle sehr gut akklimatisiert und hatten nicht die geringsten Höhenprobleme. Probleme mit Herz und Lunge gibt es nur ab einer Höhe von ca. 2500 m. In 5000 m beträgt der Sauerstoffanteil der Luft nur noch ein Drittel. Man sollte hier langsamer als normal gehen, so dass man sich beim Gehen noch gut unterhalten kann. Wichtig: öfter Pausen einlegen, viel Trinken und ab und zu etwas essen.

Reisekosten: Gesamt 2240 EUR

davon

- Reisekosten Agentur: (ges. 1.765,00 EUR: in Nepal 1615->)
- (- Extrakosten 3 zusätzliche Übernachtungen im Homestay von Niru: 60 EUR)
- Trinkgeld für Nepalcrew: 310 EUR
- Taschengeld: 420 EUR
- Stornierung Flug Jomsom-Pokhara (minus 15% Gebühr): ca. 100 USD cashback

inkl. Permits:

Annapurna Conservation Fee Permit 3000 NPR

Trekking Permit Nar-Phu 100 USD

TIMS-Permit 10 USD

Extra: 16x "Bergkeller"-Basecaps:

9000 NPR (Basecaps) + 16x 200 = 3200 NPR fürs Besticken, gesamt 12.200 NPR

= 98 EUR : 16 = 6,15 EUR pro Cap

Reiseliteratur und Quellen

- diverse Trekkingkarten von Nepal
- wikipedia
- "Annapurna Treks" 2017 von Stefan Baur und Susanne Arnold / Rother Wanderführer