



MANASLU-RUNDE

Umrundung des achthöchsten Berges der Erde und wahlweise Aufstieg zum Manaslu-Basislager (4870 m)

Highlights

- Einmaliger Ausblick vom Larkya La (5135 m) auf Himlung (7126 m) und Annapurna II (7937 m)
- Optionaler Ausflug zum Manaslu-Basislager (4790 m)
- Traditionelle Dörfer der Magaren und Gurung
- Wichtige Ruhetage zur optimalen Höhenanpassung
- Flair und Charme der Newari-Stadt Bandipur

Fakten

Dauer:	20 Tage
Teilnehmer:	4–12
Reiseleitung:	deutsch
Schwierigkeit:	▲▲▲▲△
Übernachtung:	
Tourcode:	NEPMAN

ab 3340 EUR inkl. Flug

Sie haben Fragen? Ich helfe Ihnen gern weiter.

Martin Schramm

Teamleitung Verkauf Asien

Telefon: +49 351 31207-354

E-Mail: m.schramm@diamir.de

DAS BESONDERE AN DIESER REISE

- Sonnenaufgang am Manaslu mit Kloster Ribung
- Landschaftsvielfalt in noch ursprünglicher Region

Termine 2024/2025

Heute buchen und 3% Frühbucherrabatt auf die Reisetermine ab dem 30.09.2024 erhalten!

01.04.2024 – 20.04.2024	**3520 EUR** (EZZ: 200 EUR)	DE ✈	Die Mindestteilnehmerzahl ist erreicht. Nepalesisches Neujahr
06.05.2024 – 25.05.2024	**3340 EUR** (EZZ: 200 EUR)	DE ✈	
30.09.2024 – 19.10.2024	**3640 EUR** (EZZ: 200 EUR)	DE ✈	Die Mindestteilnehmerzahl ist erreicht. Dashain-Fest
14.10.2024 – 02.11.2024	**3890 EUR** (EZZ: 200 EUR)	DE ✈	Die Mindestteilnehmerzahl ist erreicht.
20.10.2024 – 08.11.2024	**3790 EUR** (EZZ: 200 EUR)	DE ✈	Die Mindestteilnehmerzahl ist erreicht. Tihar-Fest
11.11.2024 – 30.11.2024	**3490 EUR** (EZZ: 200 EUR)	DE ✈	Sie reisen zu zweit? Mit Ihrer Buchung ist die Mindestteilnehmerzahl erreicht.
17.03.2025 – 05.04.2025	**3540 EUR** (EZZ: 220 EUR)	DE ✈	
31.03.2025 – 19.04.2025	**3640 EUR** (EZZ: 220 EUR)	DE ✈	
14.04.2025 – 03.05.2025	**3440 EUR** (EZZ: 220 EUR)	DE ✈	
29.09.2025 – 18.10.2025	**3540 EUR** (EZZ: 220 EUR)	DE ✈	
13.10.2025 – 01.11.2025	**3640 EUR** (EZZ: 220 EUR)	DE ✈	
19.10.2025 – 07.11.2025	**3700 EUR** (EZZ: 220 EUR)	DE ✈	
10.11.2025 – 29.11.2025	**3540 EUR** (EZZ: 220 EUR)	DE ✈	

Diese Reise ist auch als **DIAMIR-Privatreise** buchbar ab **3940 EUR pro Person** inkl. Flug. täglich ab 2 Person, Englisch sprechende Reiseleitung

Zusatzkosten

- Rail & Fly 1. Klasse: 150 EUR

- Rail & Fly 2. Klasse: 80 EUR (ab 01.11.2024: 90 EUR)
- Anderer Abflugort ab/an D/A/CH: ab 150 EUR

Reiseverlauf

1. Tag

Anreise

Flug nach Kathmandu.



2. Tag

Ankunft in Kathmandu

Ankunft in der Hauptstadt Kathmandu und Transfer zum Hotel im Zentrum der quirligen Großstadt. Am Abend treffen Sie sich zu einem traditionellen Begrüßungsessen. Übernachtung im Hotel.

Kathmandu View Hotel 1×A



3. Tag

Fahrt über Arughat nach Machha Khola (ca. 870 m)

Früh morgens fahren Sie über Arughat nach Machha Khola (ca. 870 m). Das letzte Stück führt durch Magaren- und Gurung-Dörfer und dabei müssen einige Flüsse und holprige Wegabschnitte passiert werden. In Machha Khola lernen Sie Ihre Trägermannschaft kennen. Übernachtung in einer Lodge. (Fahrzeit ca. 9h).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



4. Tag

Machha Khola (ca. 870 m) – Jagat (ca. 1330 m)

Über eine Hängebrücke gelangen Sie auf die andere Seite des Flusses. Weiter geht es im Budhi-Gandaki-Tal allmählich aufwärts, ehe Sie Tatopani erreichen, wo Sie erstmalig die Ganesh-Himal-Bergkette erblicken. Das enge Tal des Bhudi Gandaki mit seinen vielen Wasserfällen wird Sie auf dem Weg nach Jagat (1325 m) begeistern. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 7-8h, 1050 m↑, 590 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



5. Tag

Jagat (1330 m) – Pewa (1670 m)

Zuerst laufen Sie bergauf entlang einer Felswand und steigen dann zu den Terrassen von Philim auf. Hier werden Ihre Anstrengungen durch einen schönen Blick auf den Berg Shringi Himal (7161 m) belohnt. Weiter, direkt am Fluss entlang, erreichen Sie nach einem Gegenanstieg schließlich Pewa (1760 m). Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 6-7h, 1010 m↑, 670 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



6. Tag

Pewa (1670 m) – Ghap (2360 m)

Die heutige Etappe führt nur wenige Kilometer von der tibetischen Grenze entfernt nach Ghap (2360 m). Sie queren mehrfach den Fluss und überwinden große Anstiege. Der Weg ist dabei oft von Manisteinen sowie Gebetsfahnen gesäumt und führt durch verwunschene Wälder mit außergewöhnlicher Vegetation. Sie kommen dem Manaslu immer näher. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 5-6h, 1260 m↑, 570 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



7. Tag

Ghap (2360 m) – Lho (3170 m)

Weiter führt Sie Ihr Weg vorbei an tibetischen Gompas und Stupas, bis Sie schließlich das schöne Dorf Lho (3170 m) erreichen. Von hier haben Sie einen herrlichen Blick zum Manaslu (8163 m), der zusammen mit dem Kloster Ribung ein prächtiges Fotomotiv darstellt. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 6-7h, 930 m↑, 120 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



8. Tag

Lho (3170 m) – Sama (3530 m)

Frühes Aufstehen lohnt sich, denn der Sonnenaufgang am Manaslu ist magisch! Bei einer Teepause in Shyala können Sie spektakuläre Blicke auf Manaslu (8163 m) und die anderen Bergriesen genießen. Nach dem Mittagessen nach Sama (3530 m) gibt es die Möglichkeit für einen 3-stündigen Akklimatisierungsabstecher zur Pung Gyen Gompa, einem buddhistischen Tempel mit 360-Grad-Panoramablick (4130 m, Gehzeit ca. 3h, 500 m↑↓). Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ohne Abstecher ca. 3h, 520 m↑, 160 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



9. Tag

Ruhetag in Sama (3530 m) – optionaler Aufstieg zum Manaslu-Basislager (4790 m)

Akklimatisierungs- und Ruhetag in Sama. Je nach Befinden können Sie einen Ruhetag einlegen oder sich bei einer entspannten Wanderung zum Birendra-See (3600 m) zusätzlich akklimatisieren. Der idyllisch gelegene, tiefblaue Gletschersee auf 3600 m Höhe ist allemal einen Besuch wert. (Rundwanderung zum See ca. 3h, 250 m↑, 250 m↓).

Optional können Sie sich einer hochalpinen Herausforderung stellen. Der steile und anspruchsvolle Aufstieg bis zum Manaslu-Basecamp (4790 m) nimmt den gesamten Tag in Anspruch, doch bereits der Weg bietet Ihnen beeindruckende Weitblicke auf schneebedeckte Gipfel und die Berglandschaft. (Ausflug zum Manaslu-Basecamp ca. 9-10h, 1300 m↑, 1300 m↓). Übernachtung in einer Lodge.

Trekking-Lodge 1×(F/M (LB)/A)



10. Tag

Sama (3530 m) – Samdo (3870 m)

Sie wandern bis nach Samdo (3870 m), dem letzten Dorf vor der Passüberschreitung. Von hier zweigt ein alter Handelsweg ab, der über den 5120 m hohen Lajyung-La-Pass bis nach Tibet führt. Übernachtung in einer einfachen Lodge. (Gehzeit ca. 4h, 645 m↑, 305 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



11. Tag

Ruhetag in Samdo (3870 m)

Ruhe- und Akklimatisationstag in Samdo. Sie haben Zeit, das kleine Dorf zu erkunden oder zu einem nahen Aussichtsgipfel aufzusteigen. Gleichzeitig akklimatisieren Sie sich für die bevorstehende Passüberschreitung. Übernachtung wie am Vortag. (Gehzeit zum Aussichtsberg ca. 2h, 400 m↑, 400 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



12. Tag

Samdo (3870 m) – Dharamsala (Larkya Phedi, 4480 m)

Weiter aufwärts führt Sie der Weg bis Dharamsala (Larkya Phedi, 4480 m). Auf dieser Hochalm stehen lediglich ein paar Schutzhütten sowie dauerhaft aufgebaute Zelte. Hier haben Sie Ihren höchsten Schlafplatz auf dieser Reise erreicht. Am Abend geht es zeitig in die Schlafsäcke, da am kommenden Tag der 5135 m hohe Larkya La auf dem Programm steht. Übernachtung im Gemeinschaftszelt oder in einer sehr einfachen Lodge im Mehrbettzimmer. (Gehzeit ca. 4h, 645 m↑, 35m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



13. Tag

Larkya Phedi (4480 m) – Überquerung Larkya-La-Pass (5135 m) – Bimthang (3710 m)

Dieser Tag ist einer der anstrengendsten der gesamten Tour. Am zeitigen Morgen machen Sie sich für die Passüberschreitung fertig. Der Weg führt zunächst über die Seitenmoräne des Larkya-Gletschers, ehe es evtl. (je nach Saison) über Schnee- und Firnhänge in den Pass geht. Im Laufe des zeitigen Vormittags erreichen Sie den 5135 m hohen Pass. Kurz dahinter haben Sie einen herrlichen Blick auf die umliegenden Berge, besonders auf Himlung (7126 m) und Annapurna II (7937 m). Nach ausgiebiger Rast steigen Sie über teilweise viel Geröll hinunter bis nach Bimthang (3710 m). Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 8-9h, 690 m↑, 1460 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



14. Tag

Bimthang (3710 m) – Goa (2515 m)

Sie steigen weiter hinunter durch das Tal des Dudh Khola. Hier ist es schon wieder deutlich wärmer als in den höheren Lagen und Sie kommen an den ersten bewirtschafteten Feldern und Rhododendronwäldern vorbei. Ihr Tagesziel ist das Gurung-Dorf Goa. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 5-6h, 150 m↑, 1345 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



15. Tag

Goa (2515 m) – Taal (1700 m)

Anfangs laufen Sie oberhalb des Flusses bis Tilije durch schattenspendende Wälder und queren nochmals den Dudh Khola. Allmählich lassen die Abgeschiedenheit der Manaslurunde hinter sich. Danach kommen Sie wieder in der Zivilisation an und queren einige Baustellen, bevor Sie über eine Hängebrücke Dharapani erreichen. Der restliche Weg führt teils über Waldpfade, Natursteinstufen und Fahrpisten entlang des Annapurnatreks. Ihr Tagesziel ist der wunderschöne Ort Taal, direkt am Fluss gelegen. (Gehzeit ca. 5h, 435 m↑, 1250 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)



16. Tag

Taal (1700 m) – Jagat (1300 m)

Auf Ihrer finalen Tagesetappe begeben Sie sich weiter hinab durch das grüne Marsyangdi-Tal bis nach Jagat, der letzten Lodgeunterkunft Ihres Trekkings. Hier verabschieden Sie sich von Ihrem Guide- und Trägerteam. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 3h, 100 m↑, 500 m↓).

Trekking-Lodge 1×(F/M/A)

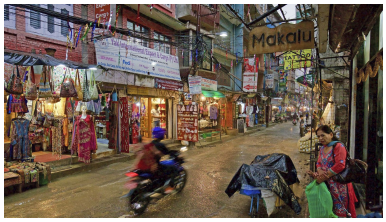


17. Tag

Fahrt von Jagat (1300 m) nach Bandipur

Nach dem Frühstück werden Sie direkt von der Lodge abgeholt. Zunächst geht es über eine holprige Gebirgsstraße, die schon bald durch angenehmere Straßenverhältnisse abgelöst wird. Am Nachmittag erreichen Sie den malerischen Mittelgebirgsort Bandipur. Verabschieden Sie sich von den Himalaya-Gipfeln und lassen die letzten Tage Revue passieren. Übernachtung im Hotel. (Fahrzeit 5-6h).

Bandipur Mountain Resort 1×(F/M/A)



18. Tag

Fahrt nach Kathmandu

Am Morgen Rückfahrt nach Kathmandu (Fahrzeit ca. 5h). Der Rest des Tages steht Ihnen zur freien Verfügung. Schlendern Sie durch die trubeligen Gassen von Thamel auf der Suche nach Souvenirs oder entspannen Sie bei einer Tasse Kaffee in den unzähligen Bars und Restaurants.

Optional können Sie auf einer Stadtrundfahrt die buddhistischen Stupas von Boudhanath und Swayambhunath erleben. Am Abend lassen Sie bei einem traditionellen, gemeinsamen Abschiedsessen die Reise ausklingen. Übernachtung im Hotel.

Kathmandu View Hotel 1×(F/A)



19. Tag

Freizeit und Abreise

Je nach Flugplan steht Ihnen noch Zeit für einen letzten Einkaufsbummel oder weitere Besichtigungen zur freien Verfügung. Anschließend oder spätestens am nächsten Morgen Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.

1×F

20. Tag

Ankunft in Deutschland.

Heimreise.

Leistungen

- Linienflug ab/an Frankfurt nach Kathmandu und zurück mit Qatar Airways oder anderer Fluggesellschaft in Economy Class (nach Verfügbarkeit; Flugzuschlag möglich)
- Deutsch sprechende Reiseleitung
- zusätzlicher, Englisch sprechender Assistenz-Guide während des Trekkings
- Träger während des Trekkings für max. 15 kg persönliches Gepäck
- alle Fahrten und Transfers laut Programm
- Nationalparkgebühren und Trekkingpermit
- 13 Ü: Lodge im DZ
- 3 Ü: Hotel im DZ
- 1 Ü: Lodge im MBZ
- Mahlzeiten: 17×F, 14×M, 1×M (LB), 17×A

nicht in den Leistungen enthalten

- nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- Snacks während des Trekkings
- Visum (ca. 50 €)
- Trinkgelder
- Persönliches

Hinweise

Mindestteilnehmerzahl: 4, bei Nichterreichen Absage durch den Veranstalter bis 28 Tage vor Abreise möglich

Wetterbedingt kann es zu kurzfristigen Änderungen im Reiseprogramm kommen.

Die Lodges auf der Manaslu-Runde sind einfacher als in der Annapurna- oder Everest-Region und die touristische Infrastruktur ist weniger gut ausgebaut. Dies betrifft insbesondere die Stromversorgung sowie die Verfügbarkeit von Telefonie/Internet. Bitte stellen Sie sich auf teils erhöhten Komfortverzicht und sehr einfache Übernachtungsmöglichkeiten ein.

In einigen Lodges sind keine Einzelzimmer verfügbar.

Anforderungen

Interesse und Toleranz gegenüber fremden Kulturen und Religionen, Bereitschaft zum Komfortverzicht (einfache Unterkünfte) sowie Teamgeist und Freude am Wandern, Trittsicherheit und ausreichend Kondition für tägliche Wanderungen mit Gehzeiten von zumeist 6 bis 8 Stunden, bei Passüberschreitungen auch mal 8 bis 10 Stunden. Sie sollten sich sicher und selbstständig in unterschiedlichem Terrain wie Grashänge, Geröll, Moränenschutt, Blockwerk oder Schneefelder und auf flachen Gletschern fortbewegen können. Kletterpassagen sind nicht zu überwinden, evtl. müssen Sie an einzelnen, kurzen Stellen die Hände zu Hilfe nehmen.

Mobilitätshinweis

Wir sind verpflichtet darauf hinzuweisen, dass diese Reise im Allgemeinen für Personen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet ist. Im Einzelfall sprechen Sie uns bitte an.