



NEPAL

## **NAMASTE IN NEPAL**

*Individualreise in das Himalaya-Königreich*



## **FINEST MOMENTS**

- ⊕ **Königsstädte** Kathmandu, Bhaktapur und Patan erkunden⊕
- ⊕ **Ganz nah dran** Besuch einer Schule, die durch eine NGO ins Leben gerufen wurde⊕
- ⊕ **Radeln mit Aussicht** Fahrradtour mit herrlichem Bergpanorama⊕
- ⊕ **Kleinod Bandipur** Pittoresk und autofrei

Nepal ist die Heimat der höchsten Berge der Welt und zugleich kulturell und spirituell ein einmaliges Reiseziel. Auf Ihrer Reise durch Nepal werfen Sie einen Blick in buddhistische Klöster und bewundern hinduistische Tempel. Immer wieder bleibt auch Zeit für eine leichte Wanderung in angenehmer Höhe – das Himalaya-Panorama ist Ihr steter Begleiter. Sie erkunden nicht nur einsame Bergdörfer, sondern auch die lebendige Stadt Kathmandu und Pokhara vor dem über 8.000 m hohen Annapurna-Massiv. Beim Besuch einer Schule erleben Sie außerdem den Alltag der liebenswerten Bewohner hautnah.

### **1. Tag | Flug nach Kathmandu**

Sie fliegen gegen Mittag mit Turkish Airlines über Istanbul (Flugdauer insg. ca. 12,5 Std.) nach Kathmandu.

### **2. Tag | Kathmandu**

Ankunft gegen Mittag in Kathmandu und Transfer zum Hyatt Regency Kathmandu, das im traditionellen Newari-Stil angelegt ist und von einem riesigen Landschaftsgarten umgeben ist. Am Nachmittag bestaunen Sie den Stupa von Bodnath. Diesen großen Stupa umgibt besonders am späten Nachmittag beim Licht der untergehenden Sonne eine spirituelle Atmosphäre, welche von Pilgern und Mönchen in roten Roben geprägt ist. (F/A)

### **3. Tag | Kathmandu**

Der Durbar Square ist der zentrale Platz vor dem alten Königspalast, mehr als 50 Pagoden und Tempel findet man hier jeder Tempel ist einer Hindu-Gottheit gewidmet. Hier können Sie beobachten, wie gläubige Hindus ihre Opfer den Tempeln darbringen. Von Kathmandus Zentrum geht es zum Tempelkomplex Swayambhunath, einer der ältesten buddhistischen Tempelanlagen der Welt. Sie befindet sich ca. 4 km westlich der Innenstadt auf einem Hügel, von dort genießen Sie einen herrlichen Ausblick über das Kathmandu-Tal. Danach geht es nach Patan, neben Kathmandu und Bhaktapur eine der drei Königsstädte. Die buddhistisch geprägte Stadt besticht durch gut erhaltene Tempel, alte Paläste und Schreine mit kunstvollen Verzierungen. Zum Abendessen genießen Sie authentische nepalesische Küche im familiengeführten Restaurant Tukche Thakali Kitchen. Die Zutaten der köstlichen Gerichte stammen aus lokaler Erzeugung. (F/A)

### **4. Tag | Kathmandu**

Sie besuchen das wichtigste hinduistische Heiligtum Nepals, Pashupatinath. Die Anlage wurde zu Ehren des Gottes Shiva errichtet, der hier als Herr der Tiere verehrt wird. Der Haupttempel, der nur für Hindus zugänglich ist, wurde der Legende nach nicht von Menschenhand geschaffen. Durch die Tempelstätte fließt der Bagmati, ein Zufluss des Ganges. Hier an seinen Ufern nehmen die Hindus Abschied von ihren Toten. Spazieren Sie anschließend durch den neoklassizistisch angelegten "Garten der Träume, einer Insel der Ruhe mitten in der Stadt. Genießen hier im Kaiser Café ein leichtes Mittagessen. Frisch gestärkt geht es in die dritte Königsstadt des Tals, nach Bhaktapur. Die Stadt ist bekannt für ihre Töpferkunst, die über 170 Tempelanlagen und die mit Holzreliefs verzierten Wohnhäuser und prahlt geradezu mit einer Ansammlung von Tempeln, die vom "Palast mit den 55 Fenstern überragt werden. (F/M/A)

### **5. Tag | Kathmandu - Pokhara**

Nach dem Frühstück ca. 6-stündige Fahrt nach Pokhara. Alternativ können Sie hier auch fliegen. Während der Autofahrt besuchen Sie unterwegs die Maya Universe Academy. Diese NGO setzt sich für die Schulbildung von Kindern aus benachteiligten Familien ein. In drei ländlichen Gegenden wurden Schulen gebaut, die allen Kindern der Umgebung eine schulische Bildung ermöglichen. Beim Besuch einer dieser Schulen kommen Sie mit Lehrern und Schülern ins Gespräch. Voller neuer Eindrücke geht es weiter nach Pokhara, wunderschön gelegen am Fuße des Annapurna Massivs. Hier wohnen Sie im Mountain Glory Forest Resort, einer großen, modernen Anlage am Waldrand mit Fernsicht auf schneebedeckte Bergspitzen. (F/A)

### **6. Tag | Pokhara**

Erkunden Sie die Umgebung von Pokhara mit dem Fahrrad. Auf Mountainbikes unternehmen Sie eine Tour bis zum Dörfchen Pame. Sie fahren durch das schöne Tal des Harpan Rivers, vorbei an Hügeln, Reisfeldern, Weideflächen und Bauernhöfen. In Pame können Sie sich bei einem frisch gebrühten Tee stärken. Auf dem Rückweg haben Sie die Möglichkeit, sich in einem natürlichen Pool zu erfrischen. (F/A)

### **7. Tag | Pokhara**

Die beeindruckende Landschaft Nepals lässt sich am besten zu Fuß erkunden. Von Pokhara aus gibt es eine Vielzahl an schönen Wanderrouten für alle Fitness Level. Der Australian Camp Trek ist eine einfache Wandertour bei der Sie das beeindruckende Bergpanorama bewundern können und durch verschlafene Dörfer laufen. Bei guter Sicht erblickt man den prägnanten Machapuchare Gipfel, dessen Spitze an einen Fischeschwanz erinnert. (F/A)

### **8. Tag | Pokhara - Bandipur**

Nach dem Frühstück besuchen Sie den der Göttin Kali gewidmeten Tempel auf einem kleinen Hügel hinter dem alten Markt. Anschließend fahren Sie Richtung Südosten in das Städtchen Bandipur. Ringsherum steil abfallende, terrassierte Hänge, auf denen Gemüse, Mais und Hirse wachsen. Das Klima ist mediterran, so dass hier auch Orangen und Pfirsiche gedeihen. Das Örtchen war ein ehemaliger Handelspunkt und viele der alten Handelshäuser sind bis heute gut erhalten. Sie wohnen im urigen Old Inn, einem liebevoll restaurierten Stadthaus mit historischem Mobiliar. (F/A)

### **9. Tag | Bandipur**

Heute erklimmen Sie zunächst über Treppenstufen den Thani Mai Tempel und genießen eine fantastische Aussicht auf das grüne Tal und die imposante Bergkulisse in der Ferne. Der Anstieg dauert ca. 30 Minuten. Spazieren Sie durch den idyllisch gelegenen autofreien Ort und bewundern die äußerst gut erhaltene Newar-Architektur. In der Umgebung erleben Sie das Landleben und wer möchte, spaziert zur Siddha Gufa Kalksteinhöhle die Besichtigung allein mit Führer und Taschenlampe ist ein echtes Abenteuer. (F/A)

### **10. Tag | Bandipur - Dhulikhel**

Fahrt in die Bergstadt Dhulikhel, die auf 1.900 m Höhe liegt. Hier beziehen Sie das charmante Namu Buddha Resort mit Bergblick und eigenem Bio-Bauernhof. (F/A)

### **11. Tag | Dhulikhel**

Ausflug in das Örtchen Panauti, welches in einem friedlichen Tal gelegen ist. Einst war Panauti ein lebhafter Handelsort auf der Salzroute Mehrstufige Pagodentempel, aufwändig geschnitzte Holzfenster und Türen und enge Gassen zeugen von der einstigen Bedeutung. Sie haben ausreichend Zeit, um einige hübsche Tempel zu entdecken sowie die örtliche Handwerkskunst zu bewundern. (F/A)

## 12. Tag | Dhulikhel

Nutzen Sie die Zeit zum Entspannen in Ihrem Hotel. Im Dwarikas Resort Dhulikhel können Sie sich wohltunende Spa-Anwendungen gönnen oder am Pool entspannen. Wer es aktiver mag, kann eine Wanderung in den umliegenden Wäldern und Tälern unternehmen. (F/A)

## 13. Tag | Dhulikhel - Kathmandu

Nach dem Frühstück Fahrt zum Flughafen Kathmandu und Flug über Istanbul nach Deutschland (Flugdauer insg. ca. 14,5 Std.)



*"Man bekommt Sie an jeder Straßenecke, Momos, kleinen köstlichen gedämpften Teigtaschen. Diese sind mit Gemüse oder Fleisch gefüllt und haben Ihren Ursprung in Tibet. Serviert werden sie mit aromatischem Tomaten- und Koriander Chutney."*

Tipp von Sandra Lucas, Team Asien & Ozeanien



**Ihre Reisedesignerin**

Sandra Lucas  
Team Asien & Ozeanien  
[030-201721-33](tel:030-201721-33)  
[asien@windrose.de](mailto:asien@windrose.de)



## Leistungen

- ✚ Langstreckenflüge in der Economy Class mit Turkish Airlines
- ✚ Privattransfers, -ausflüge und Rundreise in bequemen Fahrzeugen
- ✚ 11 Übernachtungen in Hotels
- ✚ Frühstück (F), 1 Mittagessen (M), 11 Abendessen (A)
- ✚ Deutsch sprechende Reiseleitung
- ✚ Eintritts- und Nationalparkgebühren
- ✚ Hochwertige Reiseliteratur

## Ihre Unterkünfte

Ort	Nächte	Unterkunft	Kategorie
Kathmandu	3	Hyatt Regency Kathmandu	5 Sterne
Pokhara	3	Mountain Glory Forest Resort	4 Sterne
Bandipur	2	The Old Inn	3.5 Sterne
Dhulikhel	3	Namo Buddha Resort	3 Sterne

## Termine und Preise

### Doppelzimmer

### Einzelzimmer

Preise pro Person.

Weitere Termine und Zimmerkategorien finden Sie auf:

<https://www.windrose.de/de-de/rundreise-nepal-select>

## Klima und Reisezeit

Die ideale Reisezeit liegt in der Trockenzeit von Mitte Februar bis Mai und von September bis November. Hier liegen die Temperaturen je nach Höhenlage zwischen 20 bis 30 °C. Regenfälle sind in diesen Monaten unwahrscheinlich und die Sicht auf die Berge ist besonders gut. Die Monate Juni bis August sind wegen des Monsuns ungeeignet, und in der von Dezember bis Mitte Februar kann es vor allem nachts recht kühl werden.