

Berge & Yoga

Veranstaltung:	Nepal Reise Trekking im Rolwaling
Kategorie:	Berge
Schwierigkeit:	mittel
Höhe und Gehzeit:	Trekking bis in eine Höhe von über 5000 Meter
Termin:	27.10.2024 9:00Uhr bis 17.11.2024 17:00Uhr (22 Tage)
Anmeldeschluss:	15.03.2024
Treffpunkt/Ort	vor Ort in Kathmandu
Kosten:	EUR 3500,- / Person Die Gebühr richtet sich nach der Teilnehmerzahl
Gruppengröße:	6 bis 10
Leitung:	Christine mit zwei allgäuer Freunden
Ausrüstung:	Ausrüstungsliste für Mehrtages-Schneeschuhwanderung Bitte bedenken Sie beim Packen, dass Sie den Rucksack mehrere Tage tragen müssen. Nehmen Sie nur so viel mit, wie unbedingt nötig ist. <ul style="list-style-type: none">● Rucksack ca. 35 - 45 l mit gepolstertem Tragegestell und Regenüberzug● Skistöcke (mit großem Teller)● knöchelhohe Bergschuhe, gut wasserabweisend, mit guter Profilsohle, (z. B. Vibram)● 1 paar leichte Hüttenschuhe● 1 Berghose (evtl. Skitourenhose)● 1 leichte Hose zusätzlich zum Wechseln bzw. für die Hütte● 1 oder 2 leichte Funktionshemden bzw. -pulli● 1 Fleece oder Softshelljacke● Strümpfe● Unterwäsche (lange Skiunterwäsche)● Wechselwäsche (T-Shirts)● 1 wasserdichter bzw. -abweisender Anorak (z. B. Goretex)● 1 Überhose● Gamaschen● Mütze, Stirnband und Handschuhe (+ 1 Paar Reservehandschuhe)● Sonnenhut (evtl. bei Frühjahrstouren)● Sonnenbrille● Sonnencreme (auch an einen Schutz für die Lippen denken)● kleines Waschzeug , Handtuch● dünner Hüttenschlafsack (in Bergsportgeschäften erhältlich)● kleine Tourenapotheke (Tape, Blasenpflaster, persönliche Medikamente)● Taschentücher● Taschenlampe kleines Taschenmesser (zum Brotzeit machen)● 1 Thermoskanne mind. 1 Liter für heißen Tee● Brotzeit: Müsliriegel, Brot, Käse etc. Obst (Trockenfrüchte, Nüsse) Teebeutel (nur für DAV-Mitglieder, die ein Teewasser auf der Hütte erhalten)● DAV-Ausweis (falls DAV-Mitglied) Bargeld und EC-Karte (eine Bezahlung mit EC-Karte ist auf Hütten nicht möglich)

Eine Mitgliedschaft bei einer Sektion des Deutschen Alpenvereins (DAV) ist zu empfehlen. Bei den Übernachtungskosten auf DAV-Hütten zahlen Sie als Mitglied nur die Hälfte, erhalten Teewasser und ein günstiges Bergsteigeressen. Im Falle eines Unfalls in den Bergen zahlt der DAV in der Regel die Hubschrauberrettung und die Kosten für die Bergwacht.

Berge & Yoga

Beschreibung

Diese Trekking-Reise geht in das Rolwaling - das Rolwaling ist eine abgelegene, wilde und eindruckliche Region, in der noch ein ruhiges Trekking möglich ist. Die Route führt durch eine imposante Landschaft und es sind fantastische Ausblicke möglich.

Diese Reise wird mit zwei Allgäuer Freunden geplant, einer hat jahrzehntelange Erfahrung mit Nepalreisen- und Trekking, gute Kontakte vor Ort und spricht Nepali. Die Durchführung vor Ort findet in Zusammenarbeit mit einer nepalesischen Organisation statt.

Wir nehmen uns Zeit für die Kultur und Geschichte dieses Landes, dieser Region und auch Zeit für das Kennenlernen der dort lebenden Menschen.Ä

Eine ausreichende und langsame Aklimatisierung bildet die Grundlage für das Unterwegssein in dieser Region und dafür, dass ein Trekking bis auf über 5000 Meter Höhe vorgesehen und möglich ist.

Die Kosten für die 3-wöchige Trekking-Reise (incl.Organisation, Durchführung, Unterkünfte in Kathmandu (5 x), während des Trekkings in Lodges, teilweise im Zelt, Verpflegung, 2 Fahrten mit dem Bus, 2 x Flughafentransfer etc.) liegen bei ca. 3.500,- €, das hängt von der Teilnehmeranzahl ab und wird noch genauer kommuniziert.

Hinzu kommt der Flug nach Kathmandu mit Kosten von ca. 1.100,- € - hier geben wir eine Empfehlung, welcher Flug geeignet ist. Der Flug wird dann von jedem Teilnehmer selbständig gebucht.

Vielleicht habt ihr Zeit und Interesse, dann meldet euch gerne bei mir und ich kann euch Näheres mitteilen.
