

Nepal: Himalaya - Panorama Biketour

13 Reisetage - Gruppenreise

Anreise + Einreisebestimmung

Der Langstreckenflug nach Kathmandu ist im Reisepreis nicht inbegriffen. Besucher aller Nationen benötigen für die Einreise ein Visum, das nach Ankunft am Flughafen in Kathmandu ausgestellt wird. Dies kostet bis 30 Tage Aufenthalt USD 40 (ca. € 35). Für die Einreise benötigen außerdem Sie einen bis 6 Monate nach Abschluss der Reise gültigen Reisepass.

Wichtiger Hinweis: Für die Einhaltung der Einreisevoraussetzungen ist jeder Reisegast selbst verantwortlich. Bitte überprüfen Sie Ihren Reisepass und machen Sie sich mit den aktuellen Bestimmungen spätestens 8 Wochen vor Beginn Ihrer Radreise vertraut. Eine Stornierung der Reise aufgrund fehlender Visa oder inkorrektur Ausweisdokumente (z.B. zu frühes Ablaufdatum oder fehlende freie Seiten) ist nur nach unseren AGB bzw. denen unseres jeweiligen Partnerveranstalters möglich.

Unser Tipp: Fertigen Sie vor Abreise eine Kopie Ihres Reisepasses und Ihres Flugtickets (ETIX) an. Im Verlustfall erleichtert dies die Wiederbeschaffung. Bewahren Sie diese Kopien getrennt von Ihren anderen Wertgegenständen auf.

Routenführung und Anforderung

Mittelschwere und anspruchsvollere Radetappen, auf denen auch schon einige Berge zu überwinden sind. Hier sollten Sie über eine gute Kondition verfügen. Da die Tour insgesamt anspruchsvoller ist, als es die Höhenmeter auf den ersten Blick erkennen lassen, empfehlen wir diese Route erfahrenen Bikern. Es wird in etwa eine Höhe von 2500m ü.NN erreicht.

Die Etappen sind auf- wie abwärts durch kopfgroße Steine, lockeren Untergrund und viele, oft steilere Anstiege überwiegend anspruchsvoller als die Zahlen auf den ersten Blick vermuten lassen. Der Downhill wird oft zur Rüttelpiste. In vielen kleinen Stichen im hügeligen Himalaya-Vorgebirge ist kraftvolleres Biking gefragt. Gerade durch die kurzen Distanzen bieten sich genügend Möglichkeiten, mit den Einheimischen zu plaudern oder Fotostopps einzulegen. Auf der Tour gibt es eine einzige, etwa halbstündige Schiebe-/Tragestrecke, ansonsten ist die gesamte Route durchwegs gut fahrbar. Pro Tag fahren wir ca. 35 – 86 Kilometer. Sie finden die Tageskilometer und Höhenmeter am jeweiligen Tag der Reisebeschreibung.

Begleitfahrzeug + Guide

Die Reise wird von einem lokalen, englischsprachigen MTB-Guide begleitet. Auf dieser Reise steht ein Backupfahrzeug zur Verfügung, welches aber aufgrund der z.T. abgelegenen Trails nicht jederzeit zur Stelle sein kann. Das Gepäck wird auf einigen Etappen gfs. per Träger befördert.

Ein offenes Wort zu den Trinkgeldern: Diese sind immer eine freiwillige Leistung und immer gern gesehen und manchmal sogar auch erwartet. Wie aber auch bei uns in Deutschland drückt man damit die Zufriedenheit einer Dienstleistung aus. Wenn Sie die Arbeit und Leistung Ihrer Reiseleitung bzw. dem Team vor Ort wertschätzen, empfehlen wir, sich an einem Richtwert von 3-5 Euro pro Person und Tag zu orientieren. Ansonsten rechnen Sie mit den in Mitteleuropa üblichen 10% (fragen Sie ansonsten gerne auch Ihre Reiseleitung wenn Sie unsicher sind).

Unterkünfte

Wir übernachten in ausgewählten Mittelklassehotels, Lodges sowie auch 2x in Zelten (ein Schlafsack / Komfortbereich -10 Grad sowie Handtuch muss dafür mitgebracht werden).

Gesundheit

Die Standardimpfungen gemäß aktuellem Impfkalender des Robert-Koch-Institutes für Kinder und Erwachsene sollten anlässlich einer Reise überprüft und vervollständigt werden. Diese Empfehlungen ersetzen keinesfalls eine persönliche Konsultation und ein Impf-Check-up bei Ihrem Hausarzt! Detaillierte Informationen zur medizinischen Vorsorge erhalten Sie z.B. auf den Seiten des Centrums für Reisemedizin www.crm.de

Klima

Aufgrund der extremen Höhenunterschiede gibt es viele klimatische Zonen in Nepal. Die beste Reisezeit ist von Oktober bis Ende April. Im Oktober und November ist die Sicht oft klar, die Landschaft ist nach den vorangegangenen Monsunregen grün. Im Dezember, Januar und Februar ist es tagsüber oft frühlingshaft mild, manchmal auch windig-kühl. Nachts kann, je nach Höhe, Frost herrschen. Die Sicht ist meist hervorragend. März und April bringen warmes Wetter; es gibt vereinzelt Regenfälle und schöne Lichtstimmungen. Zudem beginnt die Rhododendronblüte. Fernblicke sind morgens klar, können tagsüber aber vom Dunst getrübt sein. Der Frühling geht Anfang Mai in eine Art Vormonsun über. Mitte Juni bis September fallen die Hauptniederschläge in der Monsunzeit. Im Kathmandu-Tal ist das Klima gemäßigt: Tagsüber ist es angenehm warm bis heiß, nachts kühlt es ab.

Räder

Auf dieser Reise kann das MTB selbst mitgebracht werden. Optional können wir auf Anfrage ein einfaches Mietbike vor Ort für Sie organisieren. Die genaue Spezifikation und das Modell kann variieren (2019: Hardtails Giant Talon/Fathom 2x10 Gänge oder Trek 3x9 Gänge - Fully: Giant). Gerne fragen wir für Sie bei Interesse das aktuelle Modell an. Da die Qualität und Wartung der Bikes vor Ort nicht unseren Standards entspricht empfehlen wir die Mitnahme Ihres eigenen Bikes im Flugzeug. Die Mitnahme des eigenen Rades im Flugzeug ist alternativ bei den meisten Fluglinien relativ unkompliziert möglich. Nähere Informationen finden Sie auf den Seiten der jeweiligen Airlines.

Reisebeschreibung

Highlights

- Römerpfad zwischen Bithia und Nora: Auf alten Handelspfaden zu entfernten Bergdörfern
- Bike-Touren mit Blick auf die 8000er Bergkette
- Kathmandu per Rad: Tempel und Königspaläste
- Abschluß der Radreise am schön gelegenen Pokhara-See
- Nepalesische Gastfreundschaft

Reiseverlauf

1. Tag: Individuelle Anreise nach Kathmandu

Individuelle Anreise (gerne machen wir Ihnen ein unverbindliches Flugangebot zur Reise). In der Regel ist die Ankunft in Kathmandu am Morgen. Transfer nach Ankunft zu unserem Hotel. Am Nachmittag besteht erste Gelegenheit, das touristische Thamel, die quirlige Altstadt von Kathmandu, zu erkunden. Auch werden wir Gelegenheit haben, unsere Räder zu montieren (2 ÜN im Hotel). (- / - / A)

2. Tag: Einstiegstour über Thansing Phat nach Sera

Mit dem Bus gelangen wir über einen Pass zum Ausgangspunkt unserer Bikeroute. Unser Nepal-Cross, die siebentägige Himalaya-Panoramatur, orientiert sich an einer alten Handelsroute. Den heutigen Tag prägen Eindrücke vom Nationalpark, ein langer Downhill und überwiegend Fahrten zwischen Flusslandschaften mit Überquerung einer abenteuerlichen, befahrbaren Brücke und Terrassenfeldern sowie Begegnungen mit den Einheimischen. Wir radeln über Thansing Phat nach Sera in Trisuli. Wir übernachten in einer für uns errichteten Zeltburg und werden von der Küchenmannschaft verwöhnt – Lagerromantik pur! (ca. 35km / 250Hm). (F / M / A)

3. Tag: Sera Trisuli - Samari Bhanjyang - Bhotini

Nach dem Frühstück schauen wir uns kurz ein kleines Kloster an und "klettern" dann in den ersten Passanstieg. Mittags am Pass nehmen wir die Nationalspeise „Dal Bhat“, ein beliebtes Reis-Linsengericht der Nepali, zu uns. Wir kreuzen zwei Bergrücken und haben die weißen Riesen vor Augen. Am Ende dieses eindrucksvollen Tages campieren wir in der Nähe eines urigen Bergdorfs in knapp 1.400m Höhe. (ca. 32km / 1.280Hm) (F / M / A)

4. Tag: Bhotini - Khahare - Arughat

Nach dem zweiten und letzten Frühstück im Zeltcamp setzen wir die Tour abwechselnd im Down- und Uphill fort, überqueren zwei Pässe (am höchsten Pass in etwa 1.500m genießen wir atemberaubende Blicke u.a. auf den Manaslu) und befahren herrliche „never-seen-before-Trails“ durch kleinste Hüttendörfer. In einer charmanten Ortschaft in Flussnähe übernachteten wir in einer Lodge (ca. 34km / 500Hm). (F / M / A)

5. Tag: Arughat - Ghaympe Sal - Gorkha

Wir biken überwiegend aufwärts und schlängeln uns durch stetig ansteigende Terrassenfelder mit Ausblick in die umliegenden Fluss- und Talandschaften und werden heute 2100m ü.NN erreichen. Aus fahrtechnischer Sicht erwartet uns heute das Highlight schlechthin: das wohl eindrucksvollste Trail-Erlebnis der Tour in stetigem Auf und Ab mit ca. 6km langem, schmalen Höhenrückenpfad und herrlichem Panoramablick ins Himalaya-Gebirge. Wir übernachten in der alten, historisch bedeutenden Königsstadt Gorkha (1 ÜN im Hotel) (ca. 45km / 1200Hm). (F / M / A)

6. Tag: Pausentag in Gorkha

Wir haben "bikefrei" in Gorkha. Wir besichtigen einen Königspalast und einen Tempel – grandiose Fernsicht! In dieser touristisch wenig erschlossenen Stadt im Herzen Nepals beobachten wir das tägliche Treiben. Danach kehren wir in unser herrlich gelegenes Hotel zurück (1 ÜN). (F / M / A)

7. Tag: Gorkha - Sundar Bazaar

Nach grandiosem Downhill folgt die einzige Teil-Schiebestrecke der Tour bergab (ca. eine halbe Stunde), umgeben von großartiger Hanglandschaft. Viele Bananen- und Weizenfelder säumen den Weg. Im letzten Abschnitt fahren wir auf asphaltierten Straßen, die uns durch die spürbare Kraftersparnis wie eine kleine Wohltat vorkommen. Am Ende der Tour bieten sich eindrucksvolle Aussichten zum Lamjung-Himal (1 ÜN in einer Lodge) (ca. 46km / 1000Hm). (F / M / A)

8. Tag: Sundar Bazaar - Begnas Lake

Unsere Königsetappe liegt vor uns – in Bezug auf Höhenmeter, Kilometer sowie den Untergrund die anspruchsvollste Etappe der Tour. Dafür ist es eine herrliche Kombination von landschaftlicher Schönheit und fahrtechnischem Höchstvergnügen bei kilometerlangen Wiesentrails an verschiedenen Bergrücken. Nach mehreren Flussüberquerungen mit Hängebrücken-Fahrten treffen wir im Luxus-Resort Begnas Lake direkt am malerischen, gleichnamigen See ein (1 ÜN im Resort) (ca. 50km / 1.490Hm). (F / M / A)

9. Tag: Begnas Lake - Pokhara

Wir genießen vormittags unser Luxus-Resort, entspannen und stärken uns bis zu unserer Abfahrt. Optional können wir eine kleine hinduistische Tempelanlage besuchen oder verweilen am See. Anschließend biken wir vor der fantastischen Bergkette des Annapurna nach Pokhara, der größten Stadt am Fuße des Massivs. Unterwegs genießen wir den ersten längeren Asphalt-Downhill auf einer Nebenstrecke (1 ÜN im Hotel) (ca. 20km / 100Hm). (F / M / A)

10. Tag: Pokhara - Sarangkot

Mit einem Transfer werden wir nach Naudanda gebracht und beginnen dort mit der Auffahrt zum Gipfel des Sarangkot. Eine höchst abwechslungsreiche Tour mit wunderschönen Aussichtspunkten und Trails mit Himalaya-Traumblicken. Danach besteht die Möglichkeit, einen Einkaufsbummel zu machen. Am späten Nachmittag werden die Bikes per LKW nach Kathmandu gebracht. (1 ÜN im Hotel) (ca. 23km / 300Hm). (F / M / A)

11. Tag: Rückflug Pokhara - Kathmandu

Transfer und Rückflug nach Kathmandu. Am Nachmittag erkunden wir die quirlige Stadt, das touristische Thamel. Vollbepackte Rikscha-Fahrer zwingen sich durch die Menge, in kleinen, überquellenden Läden bieten Händler ihre Waren an: Haushaltsgegenstände, Kleidung, Souvenirs, bunte Armbänder, Kerzen, Räucherstäbchen und vieles mehr. In den engen Gassen dieses lebhaften Altstadtviertels gibt es Buchläden mit einem umfangreichen Angebot und viele sehr gute Restaurants, in denen Bergsteiger und Trekker aus aller Welt ihre Erlebnisse austauschen. In Thamel bekommen wir einen Eindruck vom Alltag der dicht besiedelten Hauptstadt. Die Bikes werden von Pokhara nach Kathmandu über Land transportiert. (F / M / A)

12. Tag: Kulturtag im Kathmandu-Tal

Heute haben wir die Möglichkeit, uns ausgiebig Besichtigungen zu widmen und einzukaufen. Wir besuchen den Tempel von Pashupatinath (UNESCO Weltkulturerbe). Gläubige pilgern sogar aus Indien nach Pashupatinath, am Ufer des Bagmati gelegen. Diese Gedenkstätte für Gott Shiva (der hier in seiner Inkarnation als Gott der Tierwelt, Pashupati, verehrt wird) ist für Hindus der heiligste Ort in Nepal. An den Ghats am Flussufer führen Pilger und Sadhus ihre rituellen Handlungen aus. Schließlich besuchen wir in Bodnath die größte Stupa-Anlage des Landes, das religiöse Zentrum der in Nepal lebenden Buddhisten. (F / M / A)

13. Tag: Rückflug nach Deutschland

Transfer zum Flughafen und Individuelle Rückreise nach dem Frühstück.(- / - / -)

(F=Frühstück M=Mittagessen A=Abendessen)

Programmhinweise

Auf dieser Tour besteht Helmpflicht.

Leistungen

- 6x Übernachtung in Hotels, 4x in Lodges und 2x in Zelten
- Vollpension auf der Bikereise (12x Frühstück, 11xMittagessen, 12x Abendessen)
Örtlicher, englischsprachiger MTB-Guide
- Begleitfahrzeug und Gepäcktransport
- Inlandsflug Pokhara-Kathmandu
- Flughafentransfers
- Nationalparkgebühren und Trekkingpermits

Nicht enthaltene Leistungen

- Flug nach/von Kathmandu
- Visum (vor Ort erhältlich: ca. USD25)
- nicht genannte Mahlzeiten
- Getränke
- Mietbike (auf Anfrage)
- individuelle Ausflüge und Besichtigungen
- Trinkgelder

Gruppengröße: 8 - 12 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl : 28 Tage vor Reisebeginn