

Nepal – Trekking i Langtang og Gosaikunda Lake



Oplev Nepals skjulte perler på en 17 dages rejse med trekking i Langtang og Helambu. Gå gennem Langtang National Park, Nepals ældste, og oplev storslåede bjerglandskaber og den hellige Gosaikunda-sø.

Varighed: 17 dage

Pris fra: DKK 22.970

Sværhedsgrad: 3-4

Langtang ligger nord for Kathmandu og grænser op til Tibet. Et fantastisk bjergområde, der ser langt færre turister end de populære områder som Everest og Annapurna. Langtang National Park er den ældste i Nepal og rummer flere høje bjerge, bl.a. Langtang Lirung (7.242 m), Gang Chhenpo (6.388 m) og Dorje Lhakpa (6.975 m). Samtidig rummer trekket også lav- og mellemland og sublime udsigter til Himalaya.

Vi trekker i et spændende og varieret landskab og igennem mange forskellige klimazoner. Fra det subtropiske til det højalpine. Undervejs møder vi den venlige og imødekommende etniske befolkningsgruppe Tamang, som primært bebor området. Vi har to overnatninger i Kyanjin, langt oppe i Langtangdalen, hvor du har mulighed for at vælge mellem en toptur til Kyanjin Ri (4.610 m) eller den mere udfordrende Tsergo Ri (4.985 m). Herefter fører trekket os tilbage i Langtang dalen og siden op mod den smukke og hellige bjergsø, Gosaikunda, der hvert år besøges af rejsende pilgrimme. Vi krydser Laurebina passet (4.610 m), og trekker ud via naboregionen, Helambu.

Turkode: NPLG

1

19-09-2024

Turen ledes af en dansktalende turlleder i samarbejde med et erfarent og hjælpsomt nepalesisk team. Det lokale team består af en guide, assistent guider og bærere. På trekket bor og spiser vi på lokale tehuse.

Glæd dig til

- Oplevelser og **seværdigheder i Kathmandu**, fx kongepaladset Durbar Square
- **Langtang National Park** – stiftet som den første nationalpark i Nepal i 1971
- **11-dages trekking** i varieret natur og forskellige klimazoner
- Gletsjeren ved **Mt. Langtang Lirung** (7.242 m)
- Mulighed for topbestigning af enten **Kyanjin Ri (4.610 m) eller Tsergo Ri (4.985 m)**
- **Panoramaudsigter til store Himalaya bjerge**, bl.a. Annapurna (8.091 m) og Manaslu (8.156 m)
- Den højtbeliggende og hellige bjergsø, **Gosaikunda Lake i 4.380 m**
- Krydsning af **Lauribina passet (4.610 m)**
- Nedstigning via **den anderledes og spændende Helambu dal**
- Indblik i traditionel nepalesisk levevis og **møde med den etniske befolkningsgruppe Tamang**

Trustpilot

Program

Dag 1: Afrejse Danmark

Dag 2 – 3: Kathmandu – forberedelse til trek

- Besøg seværdigheder i Kathmandu
- Turllederen fortæller om trekket

Dag 3 – 10: Trekkets første del - Langtang dalen, Kyanjin Gompa og toptur

- Bus til Syabrubensi
- Trek til Sherpagoan
- Trek til Ghora Tabela
- Trek til Kyanjin Gompa
- Mulighed for toptur til Kyanjin Ri eller Tsergo Ri (4.985 m)
- Trek til Lama Hotel
- Trek via Thulu Syabru

Dag 11 – 15: Trekkets andel del – Gosaikund Lake, Laurabina passet, Helambu

- Trek til Sing Gompa
- Trek til Gosaikund Lake
- Trek via Laurabina passet til Gopte
- Trek til Kutumsang
- Trek til Chunnauti og bus til Kathmandu

Dag 16 – 17: Afrejse Kathmandu

- Afrejse fra Kathmandu
- Ankomst til Danmark

Se det detaljerede dagsprogram her

Prisen inkluderer

- Fly Danmark-Kathmandu t/r
- Al transport
- Dansktalende turlleder
- Nepalesiske team på trekket; Guide, assistentguider, bærere

- Overnatning på tehus
- Hotel inkl. morgenmad i Kathmandu
- Måltider som er indikeret under dagsbeskrivelserne
- Trekkingtilladelser
- Bidrag til rejsegarantifonden

Prisen inkluderer ikke

- Lommepege, herunder udgifter til drikkevarer
- Omkostninger til visa i Nepal ca. DKK 250,- (Betales i kontante US-dollars)
- Ikke indikerede måltider i dagsbeskrivelser. Beregn ca. pr. dag 250,- DKK på trek. I Kathmandu ca. 60-70 DKK pr. måltid.
- Drikkepenge til nepalesisk team på trekket + chauffør, beregn ca. DKK 500,-
- Entré til museer o. lign.
- Evt. afbestillingsforsikring
- Rejseforsikring
- Evt. tillæg for enkeltværelse i Kathmandu, 1.400 DKK

Værd at bemærke, når du skal på denne rejse!

Rejsens maksimale deltagerantal: 16 personer.

Læs mere på fanen Praktisk info om bl.a.:

- Sværhedsgraden på rejsen
- Overnatningssteder
- VIGTIGT: Rejseforsikring - specielle forhold når du er i højderne

Dagsprogram

Praktisk info

Pakkeliste

Kort over turen



Med Topas i Nepal

Verdens bedste trekking destination er vores hjemmebane. Læs her om vores ekspertise og lokalkendskab opbygget igennem mange år med vores lokale samarbejdspartner Mr. Karma Sherpa Lama.

Dag 1. Afrejse fra Danmark

Afrejse fra Danmark. Vi flyver i østlig retning og får en kort nat i flyet.

Dag 2. Ankomst til Kathmandu

Vi ankommer til Kathmandu. Allerede på køreturen fra lufthavnen til byen danner vi os de første indtryk af den kaotiske og travle hovedstad. Vi indlogeres på hotel i udkanten af bydelen Thamel. Her kan vi trække os lidt tilbage fra det pulserende liv, mens turlederen byder velkommen og informerer om byen og turen.

-/-/-

Dag 3. Oplevelser og seværdigheder på egen hånd i Kathmandu

Turlederen vil fra morgenstunden informere grundigt om det kommende trek til Langtang. Herefter disponeres dagen frit af den enkelte, og mulighederne i Nepals spændende hovedstad er utallige.

Her er der ofte hektisk aktivitet fra morgenstunden. I den turistprægede bydel Thamel bugner de små forretninger af eksotiske varer målrettet trekking turisterne. Ellers kan det anbefales at besøge de første af byens store seværdigheder, som f.eks. Durbar Square, Boudinath Stupaen eller Pashupatinath, hvor hinduerne foretager rituelle afbrænding af deres døde og afholder religiøse ceremonier.

Skal du bruge udstyr til trekket, må disse indkøb foretages i Kathmandu på denne dag.

M/-/-

Dag 4. Med bus til startpunktet i Syabrubensi (1.452 m)

Vi har en længere køredag foran os og starter derfor tidligt fra Kathmandu. Frem til vores frokoststop i Trisuli Bazaar kører vi på udmærket og asfalteret vej. I Trisuli Bazaar bytter vi komfort for eventyr og resten af dagen tilbagelægges på det, som nepaleserne betragter som 'bumpy road'. Det vil i bedste fald sige grusvej.

Midt på eftermiddagen ankommer vi til hovedkvarteret i Langtang National Park, der som den første i Nepal blev etableret i 1971. Her skal vi fremvise vores trekking tilladelser og have formalia på plads, inden vi fortsætter de sidste par timers kørsel frem mod vores overnatning i den lille bebyggelse, Syabrubensi. Denne lille by markerer samtidig starten på vores trek, så fra og med i morgen foregår alt til bens.

M/-/-

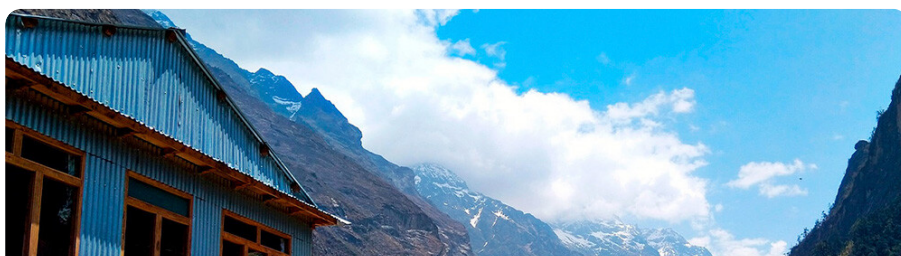
Dag 5. Trekket starter – til Sherpagaon (2.490 m)

De første dage på trekket er gode, fulde vandredage, med vandring fra morgen til sidst på eftermiddagen. Vi befinder os stadig i lav højde, og der er derfor endnu ikke noget at tage hensyn til ift. højden. Til gengæld kan varmen de første dage, særligt på forårsafgangene, være en smule påtrængende på denne nedre del af ruten, så vi holder et stille og roligt tempo, tager gode pauser og en længere frokostpause undervejs.

Vi starter dagen med at følge Buri Gandaki-dalen nordpå og vi får at opleve, hvordan de lokale er ved at bygge en vej i dette område. Når den en dag står færdig, vil den højne levestandarden for de lokale beboere betragteligt. Vi undgår jeepsporet, hvor det er muligt, men dele af dagen vil vi uundgåeligt vandre herpå. Fra Soti Khola skal vi krydse floden og over på den anden side af dalen, hvor stien bliver stejl et stykke tid op igennem skovområder og små landsbyer. Området bebos af den etniske gruppe Gurung, som bl.a. er blevet berømte som gurkha-soldater i den britiske hær de sidste 200 år. Vi spiser frokost i Lapu Besi og følger herfra det bølgende jeepspor til Machha Khola.

Vandring: Ca. 11 km, 1395 m op, 305 m ned, 7 timer.

-/-



Dag 6. Trek igennem skov til Ghora Tabela (3.035 m)

Trekket fortsætter op gennem dalen mod Langtang. Dagen starter let, følger en bølgende sti gennem Sherpagaon og ind i skoven, forbi Rimche og videre til Lama Hotel, som er en samling tehuse i en skovlysning. Stien bølgler længere op gennem skoven med glimt af bjergene forude. Vi passerer et par tehuse ved Riverside og spiser frokost lidt længere fremme ved Chhunama.

Om eftermiddagen skal vi primært stige. Op til Ghora Tabela (3.035m), hvor dalen åbner sig og et fantastisk landskab åbenbarer sig. Det meste af området her blev ødelagt under det store jordskælv, der ramte Nepal i 2015, så de tehuse der ligger her, er alle genopbygget.

Vandring: Ca. 13 km, 792 m op, 385 m ned, 6 – 7 timer

-/-



Dag 7. Trek igennem Langtangdalen til Kyanjin Gompa (3.880 m)

Dalen åbner sig mere og mere i takt med at vi stiger op igennem Langtang dalen. Stien passerer Thangshyap, og efter et stykke tid, kommer vi til den store moræne af sten og grus, der engang var Langtang. Denne landsby, den største i distriktet, blev ødelagt i jordskælvet i 2015 og blev dækket af sten og is. En sti fører nu over morænen, og det er en gribende påmindelse om naturens kraft. Samtidig er det et stærkt argument for at besøge netop Langtang, da al støtte og økonomi til de lokale tjener et yderst godt formål. På den anden side af morænen kommer vi til et par nybyggede tehuse og et mindesmærke for dem, der mistede livet i denne dal i jordskælvet. Efter den lille bebyggelse Mundo, åbner dalen sig fuldt og afslører en spektakulær udsigt over bjergene. Til venstre for os tårner den imponerende bjergmassiv, Langtang Lirung, sig op over os. Foran ligger den store snedækkede masse af Mt. Ganchempo. Vi stiger kontinuerligt og passerer 'mani-walls', såkaldte bedevægge, med ældgamle sten, indtil vi kommer til Kyanjin Gompa i 3.880 m. Engang var der kun en lille ostefabrik her. Nu er det et travlt sted med mange tehuse.

Vandring: Ca. 14 km, 980 m op, 185 m ned, 6 – 7 timer

-/-



Dag 8: Frivillig toptur til Kyanjin Ri eller Tsergo Ri (4.985 m)

Vi bruger dagen i Kyanjin for at øge vores højdetolerance og ikke mindst for at udnytte områdets muligheder for gode dagsture. Der udbydes to dagsture. Mest oplagt er det at vandre op til Kyanjin Ri (4.650 m), som belønner os med storslåede udsigter over dalen og området, bl.a. til Ganja la, Naya Kang, Ganchenpo, Dorje Lakpa, Langtang Lirung samt bjergene Yala Peak og Kyimoshung Peak. Det tager ca. fire timer at nå toppen og to timer at komme ned. Et hårdere og længere alternativ er Tsergo Ri (4.985 m). Denne tur tager mellem 9 og 12 timer. En udfordrende tur, som kan vælges, hvis du er 100 % tilpas fysisk og ift. højden. Turlederen har sidste ord i denne vurdering. Sidst på eftermiddagen mødes alle tilbage i tehuset og deler dagens oplevelser. Det har med sikkerhed været en udfordrende, flot og oplevelsesrig dag i Himalayas bjerge.

Vandring: Mellem 6 – 11 timers vandring, afhængigt af valget.

-/-

Dag 9: Trek til Lama Hotel (2.500 m)

Over de næste par dage skal vi vandre fra Langtang området mod Helambu. Først skal vi tilbage i Langtangdalen og vi har afstandsmæssigt en længere dag foran os. Det går fortrinsvist nedad og med fantastiske udsigter ned i dalen. Og luften bliver langsomt tykkere igen. Vi forlader Kyanjin efter morgenmad og går tilbage ad vores rute ned forbi Mundu, over Langtangs moræne til Ghora Tabela. På vej tilbage i skoven tager vi stien ned i dalen gennem Chhunuma og Riverside tilbage til Lama Hotel, hvor vi overnatter på i et primitivt tehus i skoven.

Vandring: Ca. 23 km, 203 m op, 1500 m ned, 7 – 8 timer.

-/-

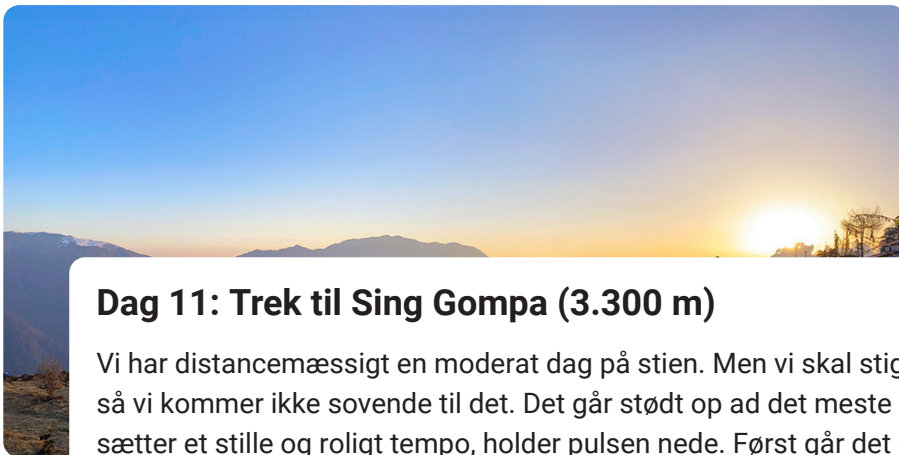


Dag 10: Trek til Thulu Syabru (2.250 m)

Kort efter Lama Hotel deler stien sig. Vi drejer til venstre og rammer en lidt ujævn, stenet og smal sti, der fører os stejlt ned til floden og en bro over Langtang Khola. Herfra bølger stien gennem skoven til bambus og videre til Pairo i 1.700 m, hvor vi spiser frokost på et lokalt tehus. Derefter forlader vi floden og stiger stejlt en times tid, til vi rammer en lille te-shop længere oppe i skoven. Herfra traverserer stien rundt i en side dal og falder for at krydse floden via en bro. Og derefter venter en anden stejl stigning op til Thulu Syabru, en landsby, der strækker sig over en højderyg på 2.250 m. Herfra er der fantastisk udsigt til Langtang-dalen og bag landsbyens huse, kan vi på en klar dag se bjergkæden, Ganesh Himal.

Vandring: Ca. 15 km, 800 m op, 920 m ned, 7 timer.

-/-



Dag 11: Trek til Sing Gompa (3.300 m)

Vi har distancemæssigt en moderat dag på stien. Men vi skal stige ca. 1200 højdemeter, så vi kommer ikke sovende til det. Det går stødt op ad det meste af formiddagen, så vi sætter et stille og roligt tempo, holder pulsen nede. Først går det op igennem skov, hvor vi løbende passerer buddhistiske mærkater i form af bedeflag og mani-sten. Flere gange i løbet af formiddagen har vi udsyn til de smukke, hvide bjerge. Efter nogle timer forlader vi skoven og træder ud i mere åbent terræn. Vi stopper for en kop the ved et lille tehus på en bjergryg i 3.200 meters højde. Herfra har vi sublime udsyn op mod Gosaikunda, hvor vi er på vej hen, og tilbage mod Langtang og Ganesh Himal, hvor vi kommer fra. Efter et velfortjent hvil har vi ca. en time med let vandring gennem rododendronskov til vores overnatning i Sing Gompa. Vi spiser sen frokost i vores tehus og slapper af om eftermiddagen.

Vandring: Ca. 7 km, 1120 m op, 50 m ned, 5 timer.

-/-



Dag 12: Trek langs spektakulær rute til Gosaikund Lake (4.430 m)

Den måske flotteste dag på trekket venter. Vi har en fantastisk panoramaudsigt over Annapurnas, Himalchuli, Manaslu og Ganesh Himal mod vest og Langtang Himal mod nordøst. Vi passerer gennem Cholang Pati, hvor der er et par tehuse, derefter forlader vi gradvist træerne. Vi fortsætter stigningen længere op ad højderyggen og belønnes med en om end endnu bedre udsigt, når vi når Laurebeneyak. Vi stopper for frokost på en af tehusene her, med masser af tid til at beundre det storslåede panorama.

Om eftermiddagen vandrer vi længere op ad højderyggen og traverserer endeligt rundt i den næste dal, hvor vi rammer en fantastisk sti højt over den første af de hellige søer. Stien bølger nu indtil vi når den tredje sø, Gosainkund, i 4.430 m. Søen er særligt hellig og et pilgrimssted om sommeren. Det siges at være blevet skabt, da guden Shiva, der lider af tørst på grund af en gift, stak sin trefork ind i bjergsiden, hvorefter tre vandløb løb sammen for at danne søen. Vi bor et stenkast fra søen, i et lille og primitivt tehus. Når solen går ned, er refleksionen på søen utrolig, da søen bliver en skinnende masse af guld - et storslået syn.

Vandring: Ca. 9 km, 1115 m op, 103 m ned, 7- 8 timer.

-/-



Dag 13: Via Laurabena passet (4.650 m) til Gopte (3.416 m)

Vi har en usædvanlig smuk, men også lidt hård dag i vente, da vi skal krydse Laurebana-passet. Stien går forbi søen og derefter stiger vi kontinuerligt op igennem et bart, robust og stenet terræn. Vi passerer fire mindre søer, før vi når selve Laurebena passet i 4.650 m. Det tager os ca. 3 timer at nå toppen af passet. Der er storslået udsigt mod nord og vest, og når vi kommer lidt ned, er der fantastiske panoramaudsigter over Nepals Midlands. Nu venter en stejl nedstigning i cirka to timer på en stenet sti lavet af stentrin til Phedi, hvor vi spiser frokost. Efter frokost har vi yderligere fire timer foran os. I kuperet terræn, og med nogle stejle stigninger undervejs. Først går vi lidt ned, men resten af eftermiddagen tager os på en rutsjebanerute op og ned i dalen. Der er mange korte stejle sektioner op ad bakke efterfulgt af korte nedadgående sektioner. Vi er nu tilbage i skoven og kommer til vores lille tehus i Gopte (3.416 m).

Vandring: Ca. 12 km, 527 m op, 1489 m ned, 8 – 9 timer.

-/-

Dag 14: Trek ned i Helambu dalen til Kutumsang (2.470 m)

Gårsdagens krydsning af Laurebina passet har bragt os ind i Helambu regionen. Den er meget anderledes fra Langtang og der venter os en afvekslende formiddag. Vi har ca. 3 timers vandring med op- og nedstigninger gennem skov til Tharepani i 3.600 m. Vi stopper for te og fortsætter gennem rododendronskov til Bangan, hvor vi spiser frokost. Herefter følger en kortere opstigning inden stien igen er nedadgående på en lidt stenet passage. Efter nogle timers vandring når vi frem til Langtang National Park HQ hvorfra der er en lille times vandring til dagens overnatning i Kutumsang.

Vandring: Ca. 16 km, 624 m op, 1489 m ned, 8 – 9 timer.

-/-

Dag 15: Trek til Chunauti og bus til Kathmandu

Vi er tidligt på færde denne morgen. Vi vandrer fra Kutumsang til dalen nedenfor. Vi tager hovedstien til Gul Bhanjyang og derefter gå et jeeppspor til hovedvejen, hvor vi møder vores bus tilbage til Kathmandu. Alternativt vandrer vi en stejlere sti gennem gårde og risterrasser til dalbunden i 1.040 m, hvor vi møder vores transport i Chunauti. Turlederen og det lokale team vælger den bedste løsning ift. stiernes og vejenes aktuelle beskaffenhed. Det tager ca. fem timer at køre tilbage til Kathmandu. Afhængigt af trafikken forventer vi at ankomme til vores hotel i Kathmandu sidst på eftermiddagen eller først på aftenen.

Vandring: Ca. 10 km, vandretid 4 – 6 timer, køretid til Kathmandu 5 – 6 timer.

-/-/-

Dag 16: Afgang fra Kathmandu

Afhængigt af flyplanen vil der måske være lidt tid i Kathmandu denne dag, fx til at besøge en seværdighed eller foretage de sidste indkøb. I løbet af dagen er det tid til at sige farvel til landet med de store bjerge og det fantastiske folk.

-/-/-

Dag 17: Ankomst Danmark

Vi lander i Danmark.

-/-/-

Rejsen kort

Praktisk info

Pakkeliste

Praktisk info

Varighed og sværhedsgrad

17 dage, hvoraf 11 er vandredage med en [graduering på 3 - 4](#).

På denne tur vandrer vi 4 - 10 timer om dagen. Vær opmærksom på, at de angivne tider er vejledende og kan variere fra tur til tur.

Aktiviteter

TEAMOPBYGNING OG -LEDELSE

Turen ledes af en dansktalende turleder og et erfarent og hjælpsomt lokalt team. Det lokale team består af bærere, assistentguider og en sidarguide.

Bærerne bærer bagagen for to deltagere. Således bærer de maksimalt på 24 kg i alt. Assistentguiderne vandrer sammen med gruppen. De hjælper også til i tehusene, og generelt går de til hånd med adskillige

ting og opgaver.

Endeligt er der den såkaldt sirdarguide. Han er en slags chefguide for bærerne og assistentguiderne. Den nepalesiske sidarguide og turlederen sikrer sammen opretholdelse af professionelt lederskab turen igennem. Vi samarbejder med den samme lokale trekkingoperatør i Kathmandu på 30. år, og vi efterlever naturligvis de gældende regler for bærere m.v.

[Læs mere her om bjergbestigning og højalpintrekking med Topas](#)

Overnatning

KATHMANDU - HOTEL

Der overnattes på et almindeligt turistklassehotel i Kathmandu – i gåafstand til turistcentrum, Thamel. Enkeltværelse er muligt i Kathmandu mod [et tillæg angivet i afsnittet 'Prisen inkluderer ikke'](#).

TREKKET - TEHUSE

På trekket sover vi i lokale tehuse. Disse ligger som små lokale gæstehuse overalt i regionen. Tehusene varierer i størrelse og komfort, og i Langtang regionen er de forholdsvist primitive, da området endnu ikke er så udviklet som fx Everest og Annapurna. I Lama Hotel, Gosaikund og Gopte bruger vi tehuse som parken ejer, da der her ikke er noget alternativ. Disse er mere primitive end de privatejede tehuse. Fælles for tehusene er, at de har et antal værelser og fælles toilet(ter) på gangen eller udenfor. Der er et køkken, hvor der laves mad til de logerende, og så er der en spise- og opholdsstue, hvor vi mødes og spiser vores måltider. I opholdsstuen vil der sommetider være en brændeovn, særligt i de højtbeliggende tehuse, som forsyner os med varme om aftenen. Der tændes ikke op om morgenen og værelserne er ikke opvarmet, så husk en god sovepose og gerne en dunjakke eller andet varmt tøj at sidde i, når der ikke er tændt op.

Der er mange fordele i at bruge tehusene. Det er hyggeligere, varmere og mere komfortabelt end at bo i telt. Du skal dog indstille dig på, at tehusene i Langtang er primitive, og der er langt til luksus og hotelstandard. Men de giver tag over hovedet, en seng at sove i og en spisestue at samles i om aftenen.

Tehusene er ofte små og familiedrevne, og vi har en tæt kontakt med mange af familierne. Den værner vi om. Det sker også, at vi bruger de lidt større og mere kommercielle tehuse. Disse har større kapacitet og kan huse flere mennesker. Uanset hvor vi kommer, mødes vi med varme og venlighed. Og vigtigst; så er det en god måde at støtte de lokale samfund og familier på.

Jo højere vi kommer i terrænet, jo mere spartanske bliver tehusene. Her er ingen luksus, men når man medtænker, at vi befinder os i Nepal, langt oppe i bjergene, bliver selv det spartanske acceptabelt. Vi sover for det meste på tomandsværelser, men det kan få gange forekomme, at vi overnatter i flere-sengsværelse eller på sovesal.

SANITÆRE FORHOLD

De sanitære forhold varierer fra tehus til tehus. Forvent ikke på noget tidspunkt luksuriøse toilet- og badeforhold, som du kender det fra DK. I alle tehusene vil der være fælles toilet(ter) enten på gangen eller i få tilfælde i uden for. Ofte traditionelle asiatiske toiletter; altså et hul i jorden. Der vil mange steder være en håndvask med rindende vand, men flere steder ses alternativet; en spand med vand og en øse. Der er stort set ingen vestlige brusebade. Det vil til gengæld være muligt at købe sig til et interimistisk bad i nogle af tehusene, og alle steder kan du købe et vaskefad med varmt vand.

Vådservietter og håndsprit er en god ting at medbringe. Sammen med et forholdsvist afslappet forhold til hygiejne.

Inkluderede måltider er på de enkelte dage i dagsprogrammet markeret med M (morgenmad), F (frokost), A (aftensmad). Er måltider ikke inkluderet, markeres disse med –.

Flyrejsen og lokal transport

Vi oplyser gerne flytiderne på de enkelte afgang. Ring på tlf. 8689 3622 eller send os en mail på info@topas.dk. Flytiderne oplyses altid med forbehold, da der kan komme ændringer fra flyselskaberne.

Klima

Der kan forventes temperaturer på ca. 20-25 grader i Kathmandu og lavlandet. Dagtemperaturen i bjergene ligger mellem 10 og 22 grader. Om natten kan der forventes temperaturer mellem 10 graders varme og 10 graders frost i de højestbeliggende tehuse.

Regn og snebyger kan forekomme på alle årstider og afgang.

Vi færdes på store dele af turen i stor højde og åbent terræn, hvilket kan betyde lave temperaturer og vind. Vejret i bjergene er meget omskifteligt.

Pas og visum

Visum til Nepal skaffes i lufthavnen i Kathmandu og koster ca. USD 50. Medbring selv 3 stk. pasfoto. 1 stk. til visumansøgning i lufthavnen og 2 stk. til anskaffelse af trekkingtilladelser. Husk at dit pas skal være gyldigt i mindst 6 uover opholdets varighed.

VIGTIGT: REJSEFORSIKRING - SPECIELLE FORHOLD NÅR DU ER I HØJDERNE

Husk at din rejseforsikring skal være gældende for aktiviteter i mere end 4.000 meters højde. Mange rejseforsikringer dækker ikke, hvis man på turen kommer over en bestemt højde. Check med din forsikringsudbyder. GOUDA rejseforsikring, dækker i alle højder og ved enhver aktivitet, som afvikles på en Topas tur. Vi anbefaler derfor, at du tegner en GOUDA forsikring, til netop denne type rejse.

Vaccinationer

Kontakt egen læge senest 30 dage før afrejse. Husk at oplyse, at du rejser i kategori med rygsækrejsende.

Du kan også finde relevant information på [Statens Serum Instituts hjemmeside](#).

Valuta og kreditkort

Vi anbefaler at du medbringer kontante US-Dollars, som nemt og hurtigt kan veksles til lokal valuta i Kathmandu. Der findes ATM maskiner i Kathmandu, men vær opmærksom på, at du maksimalt kan hæve ca. 2000 DKK pr. dag.

Wi-Fi og Mobildækning

Der er mobildækning i Kathmandu. Sommetider er der fra tid til anden også sparsommelig dækning få steder på trekket, men løb ikke an på dette.

Generelt ønsker vi ikke, at vores vandreture skal afbrydes af mobilsnak, hvorfor vi gerne ser, at man undlader at sende SMS og ringe, når man er i selskab med den øvrige del af gruppen.

ADGANG TIL EL

På nogle af tehusene kan du oplade elektronisk udstyr mod betaling. Der er ingen steder muligt at oplade på værelserne. Det koster mellem 25 og 50 kroner i timen at oplade – og det er ofte afhængigt af sol.

Vær opmærksom på, at der tit er ganske få stik til mange mennesker, så sørg for at lade op hjemmefra og medbring gerne ekstra batteri eller en powerbank.

Kort og Rejselitteratur

Lonely Planet: Trekking in the Nepal Himalaya.

Stephen Bezrucka: Trekking in Nepal.

Politikens Forlag: Turen går til Nepal.

Bemærk venligst

DRIKKEVAND

Vi filtrerer selv vores drikkevand med keramiske filtre på trekket. Turlederen instruerer i, hvordan filtrene bruges. Du gør selv arbejdet. Filtrene medbringes af Topas. Vi behøver derfor hverken at købe eller koge vand, og på den måde kan vi undgå at efterlade store mængder af plasticflasker, som er et stort forureningsproblem.

VI FORVENTER, AT DU ER ÅBEN FOR DET FREMMEDE

Denne tur fører os rundt i Himalayabjergene og op i stor højde. Vi kommer helt tæt på verdens højeste bjerge. Vi vandrer i storslået natur og godt terræn. Det er spændende og anderledes end det, vi kender fra hjemlige himmelstrøg. Måske er det også anderledes end det, du kender fra eventuelle tidligere vandreefaringer i Europa og andetsteds. Vi vandrer i mange dage, og vi kommer tæt på hinanden i gruppen. Forventning om og krav til luksuriøse forhold må du gerne efterlade i DK, for så vil muligheden for at opleve Nepal på Nepals præmisser åbner sig. Vi kan med andre ord godt lide at mærke, vi er i Nepal, når vi er i Nepal.

Hvis du også er åben for det fremmede, vil du få store og uforglemmelige oplevelser i verdens smukkeste bjergland. Det er sikkert.

FORBEHOLD FOR ÆNDRINGER

Vi bestræber os altid på at gennemføre turen, som den står beskrevet i turbeskrivelsen. Alligevel må du som deltager være indstillet på justeringer og ændringer undervejs. Både vej-, vind- og ruteforhold kan spille ind på turens gennemførelse. Det sammen kan deltagernes helbred og form.

Klik her for at komme retur til Rejsen kort

[Rejsen kort](#)

[Dagsprogram](#)

[Pakkeliste](#)



Kontakt Erik Lund

-  Hør mere om rejsen
[Ring på 8689 3622](tel:86893622)
-  Skriv til os
info@topas.dk
-  Følg os
facebook.com/topastravel
-  Følg os
instagram.com/topastravel

Vi besvarer dine henvendelser i
tidsrummet
Mandag - torsdag 9.00-15.30 & fredag
9.00-15.00

