



5 KONTINENTE – 5 TRAUMTREKKINGS

Eine Serie von:

Bergsteiger



- 1 Gipfelbesteigung Samdo Peak (5100 m)
- 2 Nepalesische Frauen und Kinder in Machha Khola



Weite Wege:

Wir führen Sie gemeinsam mit dem Summit Club in fünf Folgen auf spannenden Trekkingtouren über fünf Kontinente.



1



FOLGE 3: NEPAL

Dem Himmel am nächsten

Auf der Manaslu-Runde wandern Trekkingtouristen mit dem DAV Summit Club von den Subtropen hinauf ins karge Hochgebirge. Es erwarten sie Einblicke in die tibetisch-buddhistische Kultur und fantastische Ausblicke auf die Achttausender Annapurna und Manaslu.

Text: Astrid Därr

Über viertausend Meter hoch ragt die eisige Nordostflanke des Manaslu (8163 m) hinter der Ribung-Gompa in den Himmel. Das Kloster thront wie eine Festung auf einem Hügel über dem Dorf Lho in 3210 Meter Höhe. Bunte Gebetsfahnen flattern im Wind, kunstvoll gravierte Steine bilden lange Mani-Mauern, prächtige Tor-Tschörten säumen den Weg – beim Trekking rund um den achthöchsten Berg der Welt erleben die Wanderer den tibetischen Buddhismus hautnah. Die Manaslu-Runde führt von Hütte zu Hütte, entlang der Himalaya-Flüsse Buri Gandaki und Marsyangdi. Das Trekking startet auf einer Höhe von nur 650 Metern in den Subtropen, innerhalb von zwei Wochen geht es rauf bis

zu den Gletschern am Larkya-Pass auf 5135 Meter Höhe und wieder runter ins Marsyangdi-Tal.

»Die Manaslu-Runde zählt zu den klassischen Routen im Himalaya«, sagt Markus Herrmann, Reiseexperte beim DAV Summit Club. »Sie folgt alten Handelspfaden und ist deutlich ursprünglicher und weniger stark besucht als der bekanntere Annapurna Circuit.« Die Besteigung des Samdo Peak (5100 m) und ein Ausflug ins Manaslu-Basislager (4100 m) bilden weitere Höhepunkte auf dieser Tour.

Die wilde Buri-Gandaki-Schlucht

Kathmandu begrüßt die Reisenden mit dem üblichen Chaos. Fußgänger, Kühe, Fahrräder und Mopeds drängeln ▷

Fotos: DAV Summit Club (2)



sich auf den Straßen. An fast jeder Ecke flankieren Götterfiguren hinduistische Schreine. Im Erdgeschoss der schiefen Backsteinbauten verkaufen die Händler Früchte und Fleisch in winzigen Läden. Wer zum ersten Mal nach Nepal reist, der fühlt sich schnell vom quirligen Leben, dem Smog und Staub der nepalesischen Hauptstadt überfordert. Umso besser, dass die Summit-Club-Gruppe schon am zweiten Tag nach Ankunft zum Ausgangspunkt des Trekkings nach Soti Khola (650 m) in Richtung Norden fährt. Die schnee- und eisbedeckten Berge von Ganesch- und Mansiri Himal scheinen schon zum Greifen nah, auch wenn es sich bei der schwül-tropischen Hitze in dieser »Höhe« noch nicht nach Gebirge anfühlt.

Nach der ersten Lodge-Nacht im eigenen Schlafsack beginnt das Trekking durch die zum Teil tief eingeschnittene Schlucht des Buri-Gandaki-Flusses. Abwechslungsreiche Pfade führen durch

Die Manaslu Conservation Area wird seltener besucht als andere Trekkinggebiete.

das Land der Gurung-Bauern, die auf steil angelegten Terrassen Reis und Hirse kultivieren. Noch zeigt sich die Vegetation in üppiger Fülle: Bananenstauden, Papayabäume und Bambus säumen den Weg. In den nächsten Tagen wandert die Gruppe rund sieben bis acht Stunden täglich und gewöhnt sich Schritt für Schritt an die Höhe. Die Lodges bieten während des Trekkings eine einfache Unterkunft.

Am fünften Reisetag sind das Dorf Jagat (1340 m) und der Eingang zur Manaslu Conservation Area erreicht, die

viel seltener besucht wird als andere Trekkinggebiete. Tschörten und Mani-Mauern zeigen an, dass der Hinduismus dem Buddhismus weicht – die tibetische Grenze liegt schon nahe. Die Buri-Gandaki-Schlucht präsentiert sich immer eindrucksvoller mit steilen Felswänden und eisig-grauen Wassermassen, die vom Rupina-Gletscher durch eine enge Klamm sprudeln. Schaukelige Hängebrücken führen von einem Ufer zum anderen. Florian Sanktjohanser, der letzten Herbst am Manaslu-Trekking teilnahm, schwärmt: »Die Landschaft ist durchweg grandios. Anfangs wandert man durch Terrassenfelder, vorbei an Wasserfällen, die von grünen Klippen in die Schlucht stürzen. Man passiert viele Dörfer mit einfachen Steinhäusern und begegnet Frauen in bunten Saris. Beim Besuch prächtig bemalter Klöster erlebt man mit etwas Glück, wie die Mönche beten und singen. Und man sieht den Manaslu und

Fotos: Astrid Därr (1), DAV Summit Club (1), privat



- 1 Begegnungen mit den freundlichen Menschen gehören in Nepal dazu.
- 2 In der ersten Trekkingwoche geht es noch durch üppige Vegetation.



»Der Höhepunkt dieser Tour ist die Etappe über den Larkya-Pass. Unter einem fantastischen Sternenhimmel wandert man nachts ganz langsam durch Geröll und Fels hinauf, flan-

kiert von Berghängen und Gletschern. Wenn die Passhöhe erreicht ist, wartet dahinter das nächste Wahnsinns-Panorama: die Annapurna-Gruppe.«

Der Journalist FLORIAN SANKTJOHANSER trekkte letzten Herbst mit dem DAV Summit Club auf der Manaslu-Runde.

seine Nebengipfel in all ihrer Pracht.« Jeden Tag rücken die schneebedeckten Gipfel von Gorkha-, Sringi- und Ganesh Himal näher. Auf dem Weg zum Ort Namrung (2630 m) geht es noch durch eindrucksvollen Bergurwald. Auf der nächsten Etappe überschreitet die Gruppe die 3000-Meter-Grenze und genießt vom Ort Lho (3210 m) das Panorama auf den mächtigen Manaslu. In Sama (3580 m) steht der Besuch der Nyingma-Gompa auf dem Programm: Die Statue Padma-sambhavas erinnert an den großen indischen Tantriker, der im 8. Jahrhundert den Buddhismus nach Tibet brachte.

Dünne Höhenluft am Larkya-Pass

Das langsame Gehtempo fördert die Akklimatisation und so steht einer Exkursion ins Manaslu-Basislager (4100 m) nichts im Weg. Mit tollen Tiefblicken auf den smaragdgrünen See Birandra Kund geht es steil hinauf zu den verfallenen Hütten am Basislager. Am 8156 Meter hohen ▶





»Berg der Seele« spielten sich im Laufe der Jahrzehnte zahlreiche Tragödien und Triumphe ab: von der Erstbesteigung 1956 bis zur Speed-Begehung des Münchner Extrembergsteigers Benedikt Böhm 2012.

In den nächsten Tagen meistern die Trekkingtouristen ein knackiges Programm in dünner Höhenluft. Die kleine Siedlung Samdo (3880 m) ist Ausgangspunkt für die Besteigung des Samdo Peak. Das grandiose Gipfelpanorama entlohnt für alle Mühen: Der Manaslu (8163 m) und der Pang Phuchi (6335 m) zeigen sich in ihrer ganzen Pracht.

Nach einer Nacht in Larkya Phedi (4460 m) steht am 14. Reisetag die Königsetappe über den Larkya La (5135 m) an. Schon am frühen Morgen stapfen die Bergsteiger im Schein der Stirnlampen über langgezogene Moränenhügel allmählich aufwärts. Vom Wind zerzauste Gebetsfahnen markieren die Passhöhe, von der sich ein neues, großartiges Panorama auf die Annapurna-Gruppe eröffnet. Im Westen bestimmt die Eispyramide der Annapurna II (7937 m) die Szenerie. Nun geht

Vom Wind zerzauste Gebetsfahnen markieren die Passhöhe am Larkya La auf 5135 Meter Höhe.

es steil bergab nach Bimathang (2625 m) am tosenden Dudh Kosi. Nach der kargen Moränen- und Gletscherwelt in der Höhe genießen die Abenteurer das Vogelkonzert und den herrlichen Mischwald mit hohen Himalaya-Tannen. Am Endpunkt des Trekkings in Dharapani (1950 m) ist es plötzlich vorbei mit der Bergeinsamkeit: Diverse Lodges und Teehäuser versorgen die Trekker auf der beliebten Annapurna-Runde. Die Reise klingt entspannt am Pool der Summit River Lodge bei Taguwatar (310 m) und beim Sightseeing in den Königstädten des Kathmandu-Tals aus. ◀

NEPAL

Tour: Die Trekkingreise ins Manaslu-Gebiet dauert 19 Tage. Die Gruppe (3–12 Personen) begleitet ein Deutsch sprechender, einheimischer Kultur- und Bergwanderführer. Das Hauptgepäck (13 kg/Pers.) wird von Trägern zum nächsten Etappenziel transportiert. Der höchste Übernachtungsplatz liegt auf 4460 Meter Höhe. Voraussetzung für die anspruchsvollen Bergwanderungen sind eine sehr gute Kondition (Gehzeiten bis 9 Std., bis 1450 Hm im Aufstieg) und Trittsicherheit.

Preis und Leistungen: ab 2595 €/Pers. inkl. Flug mit Air India ab/bis Frankfurt, überwiegend Halbpension, Führung durch einen einheimischen Bergwanderführer, Bus- und Jeepfahrten, Permit und Nationalparkgebühren, Gepäcktransport während des Trekkings, drei Hotelnächte im Doppelzimmer, eine Nacht in einer Komfortlodge, dreizehn Nächte in einfachen Lodges, Sicherheitsausrüstung und umfangreiches Versicherungspaket

Info: www.dav-summit-club.de





- 1 Händlerinnen in der Königsstadt Bhaktapur
- 2 Die Route der Trekkingreise
- 3 Im Bergurwald blühen Orchideen an den Bäumen.
- 4 Achttausender ganz nah: der Manaslu (8163 m)

B

TREKKING-LEXIKON

Tipps zur Ausrüstung vom DAV-Summit-Club-Experten Tim Coldewey



sind Bekleidung im Zwiebelprinzip (mehrere dünne Lagen sind flexibler einsetzbar als

Wer ein längeres Trekking plant, sollte sich gewissenhaft vorbereiten – dazu gehört auch die sorgfältige Auswahl der Ausrüstung. Die klassischen »Basics«

wenige dicke) sowie ein mittelgroßer Tagesrucksack (ca. 35 l), wie man ihn bei Hütten- und Bergtouren im Alpenraum verwendet. Sinnvoll ist außerdem eine leichte Daunensack, um auch an kalten Abenden und in größeren Höhen nicht zu frösteln. Beim Trekking darf außerdem ein (wasserdichter) Duffelbag als »Herzstück« der Ausrüstung nicht fehlen. Die Tasche wird von Trägern oder Tragtieren transportiert. Dazu kommen idealerweise noch ein Daunenschlafsack (ca.

750g Füllung) und eine leichte Isomatte. Hygiene spielt bei längeren Trekkings eine große Rolle, daher sollten Handdesinfektionsmittel und Feuchttücher sowie entsprechende Toilettenartikel nicht fehlen. Für Reisen fernab der Zivilisation ist ein kleines Sortiment an persönlichen Medikamenten sinnvoll. Wichtige Dokumente sollten in Kopie mitgeführt werden. Ein Multitool (handliches Werkzeug) und Nähzeug helfen, wenn kleine Reparaturen fällig sind.