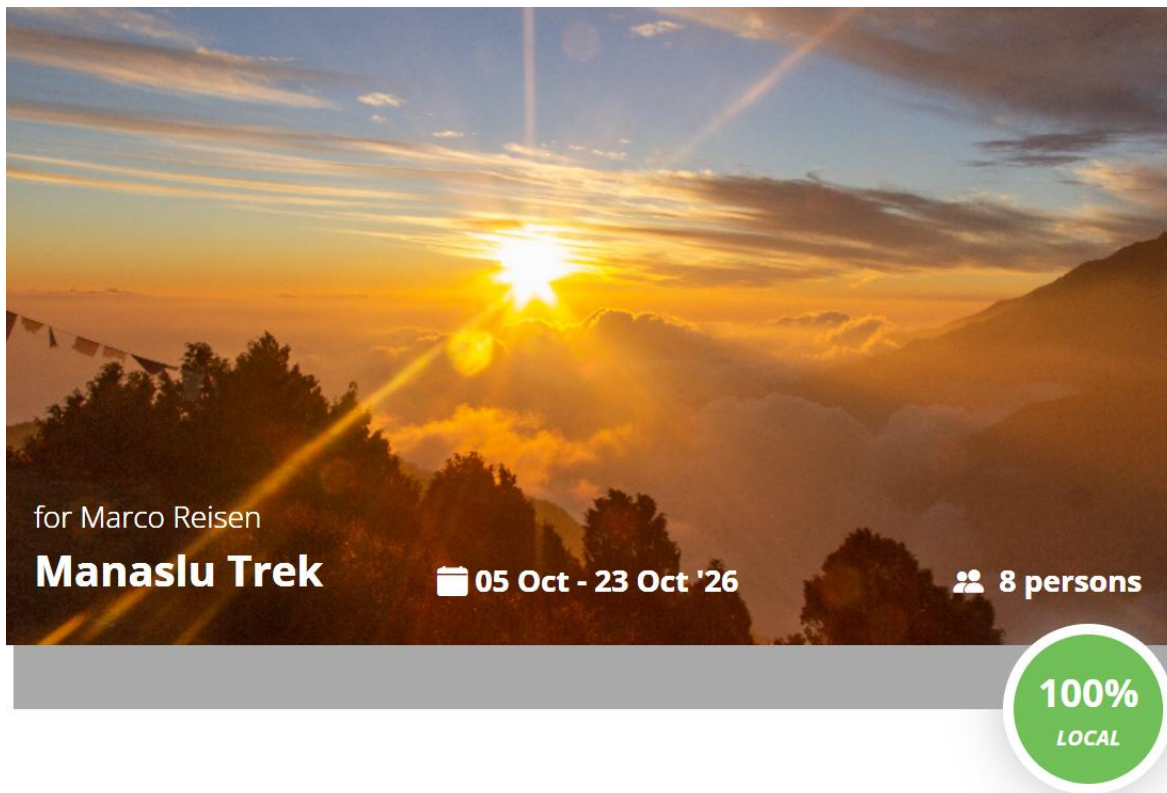


MANASLU CIRCUIT TREK

04.-23.Oktober 2026



Der Manaslu Circuit Trek bietet eine außergewöhnliche Mischung aus Naturschönheit und reichem Kulturerbe. Diese abgelegene Wanderung führt Sie durch unberührte Landschaften, von üppigen subtropischen Wäldern bis hin zu hoch aufragenden, schneebedeckten Gipfeln, und umrundet den achthöchsten Berg der Welt, den Manaslu (8.163 m). Der Höhepunkt der Wanderung ist der beeindruckende Larkya La Pass (5.160 m), welcher atemberaubende Ausblicke auf den Himalaya bietet.

Kulturell lässt Sie die Wanderung in die Traditionen der Nubri- und Tsum-Gemeinschaften eintauchen, die stark vom tibetischen Buddhismus geprägt sind. Sie passieren alte Klöster wie Sama Gaon und genießen den Kontakt mit Einheimischen in malerischen Dörfern, in denen jahrhundertalte Bräuche bewahrt werden. Die Wanderung ist eine lebendige kulturelle Reise mit Mani-Mauern, Gebetsfahnen und Stupas entlang des Weges.

Für Reisende, die mehr als nur Abenteuer suchen, unterstreicht die Wanderung die Vielfalt Nepals und verbindet Naturwunder mit kultureller Erkundung. Die nachhaltigen Tourismusinitiativen sorgen für minimale Umweltbelastungen und unterstützen gleichzeitig die lokale Bevölkerung. Eine perfekte Wanderung für Kultur- und Naturliebhaber.

**Unter Leitung des heimischen Bergsteigers Matthias Lettenbichler.
Gruppengröße Minimum 8 / maximum 10 Personen**

Reiseverlauf

Tag 1: So, 04. Okt. 2025 – Flughafen München & Flug nach Kathmandu

Gemeinsame Fahrt zum Flughafen München und Linienflug mit Türkisch Airlines via Istanbul nach Kathmandu.

04 Okt. München-Istanbul 13:00-16:50 / Istanbul-Kathmandu 20:15-06:05

Tag 2: Mo, 05. Okt. 2025 – Kathmandu / Ankunft & Sunset Walk

- / - / A

Ankunft in Kathmandu. Genießen Sie am Abend einen Sonnenuntergangsspaziergang in der Stadt und ein traditionelles nepalesisches Abendessen.

Tag 3: Di 06. Okt. 2025 – Kathmandu / Eintauchen & Vorbereitung

F / - / -

Heute gibt es zur Aklimatisierung bereits eine geführte Tour zu den größten Philosophien Nepals – Hinduismus und Buddhismus – in Bodhgaya und Pashupati. Anschließend Trekkingeinweisung.

Tag 4: Mi, 07. Okt. 2025 – Machhakhola

F / - / -

Fahrt nach Machhakhola: Malerische Fahrt über kurvenreiche Bergstraßen, vorbei an Dörfern und Flusstälern. Dauer: 8–9 Stunden.

Tag 5: Do, 08. Okt. 2025 – Jagat

- / - / -

TREKTAG: Wanderung entlang des Budhi Gandaki, über Hängebrücken und durch Wälder und Dörfer. Ankunft in Jagat, dem Eingang zum Manaslu-Naturschutzgebiet.

Tag 6: Fr, 09. Okt. 2025 – Lokpa

- / - / -

TREKTAG: Leichte Anstiege und Flussüberquerungen bis Philim, einem Gurung-Dorf. Weiter ins Tsum-Tal nach Lokpa, mit ersten Ausblicken auf den Himalaya.

Tag 7: Sa, 10. Okt. 2025 – Chumling

- / - / -

WANDERTAG: Durch dichte Wälder bergab und hinauf nach Chumling, einem tibetisch geprägten Dorf mit Klöstern, Gebetsfahnen und Steinhäusern. Aussicht auf Ganesh Himal.

Tag 8: So, 11. Okt. 2025 – Chokung Paro

- / - / -

WANDERTAG: Von Domje nach Nil (3.361 m), ca. 14 km in 6–7 Stunden. Steile Anstiege, Flussüberquerungen und traditionelle tibetische Dörfer.

Tag 9: Mo, 12. Okt. 2025 – Mu Gompa

- / - / -

TREKTAG: Aufstieg zur heiligen Mu Gompa (3.700 m), dem höchsten Punkt des Tsum-Tals. Besuchen Sie das Nonnenkloster Dhephu Doma.

Tag 10: Di, 13. Okt. 2025 – Chumling

- / - / -

TREKTAG: Rückkehr nach Chumling (2.386 m). Genießen Sie den Blick auf die Berge und die kulturellen Erlebnisse im Tsum-Tal.

Tag 11: Mi, 14. Okt. 2025 – Deng

- / - / -

TREKTAG | Ins Manaslu-Tal: Abstieg zum Hauptwanderweg Manaslu. Wanderung durch Wälder und Flussufer. Deng (1.860 m) markiert den Beginn der tibetisch geprägten Kultur.

Tag 12: Do, 15. Okt. 2025 – Namrung

- / - / -

TREKTAG: Aufstieg durch Wälder und vorbei an Wasserfällen nach Namrung (2.630 m). Aussicht auf Siring Himal und Ganesh Himal.

Tag 13: Fr, 16. Okt. 2025 – Samagaon

- / - / -

TREKTAG: Wanderung nach Samagaon (3.520 m) durch Wälder, Yakweiden und das Dorf Shyala (3.500 m). Kulturelle Highlights im Tal von Samagaon.

Tag 14: Sa, 17. Okt. 2025 – Samagaon

- / - / -

RUHETAG: An einem Ruhetag in Samagaon bieten sich verschiedene Möglichkeiten an: eine Wanderung zur Pungyen Gompa, zum Birendra Tal oder zum Manaslu Base Camp, ein Spaziergang durch das Dorf und den Besuch des Klosters – oder einfach entspannt die Berglandschaft genießen.

Tag 15: So, 18. Okt. 2025 – Samdo

- / - / -

TREKTAG: Wanderung entlang des Budhi Gandaki nach Samdo (3.875 m), einem tibetischen Flüchtlingsdorf mit Blick auf den Manaslu.

Tag 16: Mo, 19. Okt. 2025 – Dharamshala

- / - / -

TREKTAG: Aufstieg nach Dharamshala (4.460 m) (Larkya Phedi), dem Basislager für die Überquerung des Larkya-La-Passes.

Tag 17: Di, 20. Okt. 2025 – Goa

- / - / -

TREKTAG | Über den Larkya La (5.106 m): Trek nach Goa über den Larkya-La-Pass (5.160 m). Spektakuläre Ausblicke auf Himlung Himal, Cheo Himal und Annapurna II. Abstieg nach Goa.

Tag 18: Mi, 21. Okt. 2025 – Tilche

- / - / -

TREK: Wanderung nach Tilche (2.300 m) durch Waldgebiete und kleine Dörfer. Dauer: 4–5 Stunden.

Tag 19: Do, 22. Okt. 2025 – Kathmandu

- / - / -

RÜCKFAHRT: Die Fahrt von Tilche nach Kathmandu bietet malerische Ausblicke auf Dörfer, terrassierte Felder und den Marsyangdi-Fluss. Die Fahrt führt durch wunderschöne Landschaften, von rauen Bergpfaden bis zu gut ausgebauten Straßen.

Tag 20: Fr, 23. Okt. 2025 – Abreise von Kathmandu.

23 Okt. Kathmandu-Istanbul 07:30-13:00 / Istanbul-München 16:25-18:10

F / - / -

Im Reisepreis inkludiert:

- Transfer ab/bis Tirol zum/vom Flughafen München
- Linienflüge ab/bis München inkl. aller Taxen und Gebühren
- Aktivitäten und Erlebnisse gemäß Reiseplan
- Alle Unterkünfte: Hotels, Lodges, Gästehäuser und Privatunterkünfte
- Alle Einreisegenehmigungen für Kulturdenkmäler und Nationalparks
- Alle Inlandstransporte mit privaten Fahrzeugen
- Crew-Versicherung
- Reisebegleitung durch Herrn Matthias Lettenbichler
- Örtlicher Guide und Begleitpersonal, ggf. einschließlich Hilfsführern und Trägern
- Mahlzeiten gemäß Reiseplan (F = Frühstück, M = Mittagessen, A = Abendessen)

Unsere Leistungen umfassen nicht:

- Mahlzeiten und Dienstleistungen, die nicht im Reiseplan angegeben sind
- persönliche Ausgaben
- Trinkgelder
- nicht im Reiseplan angegebene Dienstleistungen
- Versicherungspaket vor und während der Reise

Unterkunft in Kathmandu



Traditional Stay ist ein kleines Boutique-Hotel in einer Gasse im alten Patan und bietet eine gemütliche Atmosphäre. Wir bieten authentisches lokales Flair und moderne Annehmlichkeiten.

Die kleinen Lodges in den Bergen Nepals sind lokal betrieben und bieten regionale Küche sowie komfortable Betten. Sie sind der direkteste Weg, die lokale Wirtschaft zu unterstützen.

Ihr örtlicher Guide



Bipin Maharjan (Zertifizierter Reiseleiter, Betriebsleiter)

Bipin ist seit fast 20 Jahren im Tourismus tätig. Obwohl er die operativen Abläufe des Unternehmens leitet, liegt seine Leidenschaft darin, ein tiefgehendes Erlebnis zu bieten. Er stammt aus Lalitpur, ist ausgebildeter Reiseleiter und kennt die Newar-Tradition hervorragend.

Ihr Reisebegleiter



Matthias Lettenbichler

Als leidenschaftlicher Skitourengeher und Bergsteiger in den heimischen Bergen hat Matthias auf seinen vielen Reisen eine besondere Vorliebe für Trekkingtouren durch ursprüngliche Berglandschaften entwickelt, sei es in Südamerika, Alaska oder Asien. Besonders die Bergwelt Nepals mit ihren malerischen Tälern und imposanten Gipfeln hat es ihm angetan.

Diese Faszination für die Region gibt er nun gerne als Reisebegleiter weiter und freut sich darauf neben einem professionellem Guide vor Ort, Sie bei Ihrem Himalaya-Abenteuer zu begleiten.

Reisepreis: p.P. im DZ € 3.690.- EZ Zuschlag € 250.-

Erfahrener Bergführer (Zertifizierte Guides)

Wir arbeiten mit professionellen, lizenzierten lokalen Guides zusammen, die in Nachhaltigkeit, Erster Hilfe und Führung weitergebildet werden.

Lokale Träger

Die Träger von Socialtours werden in der Regel von den Guides ausgewählt, im Verhältnis 2 pro Kunde, außer bei Familien und sehr kurzen Trekkingtouren. Sie waren bereits mit dem Guide in den Bergen unterwegs oder befinden sich in der Ausbildung. Es macht großen Spaß, mit ihnen zusammen zu sein, und man kann viel von ihnen lernen. Sie bilden das Rückgrat der nepalesischen Trekkingbranche – im wahrsten Sinne des Wortes.

Genehmigungen

Welterbestätten-Genehmigungen Im Kathmandutal werden die Welterbestätten-Genehmigungen von den lokalen Behörden und der UNESCO verwaltet. Die Genehmigungen finanzieren Naturschutzmaßnahmen, regeln den Zugang für Besucher und gewährleisten nachhaltigen Tourismus. Die erhobenen Gebühren unterstützen den Erhalt kultureller und historischer Stätten im Tal.

Nationalparkgebühren

Nationalparkgebühren werden erhoben, um die Artenvielfalt im Nationalpark zu erhalten und die Tiere vor Wilderei zu schützen. Dies hat in Nepal zu einigen sehr erfolgreichen Projekten geführt.

TIMS-Genehmigung Das Trekker-Informationssystem (TIMS) ist eine Genehmigung, die das Trekking in den Bergen Nepals sicherer machen soll. Die Einnahmen unterstützen den Tourismusverband bei der Vermarktung, den Trekkingverband bei der Rettung von Führern und Trägern und überwachen das Trekking in den Gebieten, für die die Genehmigung gilt.

AUSRÜSTUNGLISTE | Was Sie mitnehmen sollten

Diese Vorschläge für Reisen ins ländliche Nepal basieren auf persönlichen Trekking-Erfahrungen und stammen von socialtours.com. Fehlen Ihnen einige der Gegenstände auf dieser Liste? Kein Problem,

wir organisieren gerne den Kauf oder die Miete in Kathmandu. Kathmandu ist ein Paradies für Ausrüstung – sowohl gefälschte (NorthFake) als auch Originale. Die vollständige Liste finden Sie hier.

WAS SIE FÜR TAGESAUSFLÜGE MITNEHMEN SOLLTEN

Auf Tagestouren in Nepal muss man nicht viel mitnehmen. Ein kleiner Tagesrucksack mit dem Nötigsten – Sonnencreme, Regenkleidung, Geld, Ladegeräte usw. – reicht aus. Hier ist eine praktische Liste, die Sie unabhängig davon verwenden können.

<https://www.socialtours.com/be-inspired/travel-essentials/what-to-bring-along-gear-list>

VERANTWORTUNGSVOLLES REISEN IN NEPAL

Als verantwortungsbewusster Reisender oder Freiwilliger tragen Sie maßgeblich zur Förderung des nachhaltigen Tourismus bei. Bei socialtours.com travels & socialtreks.com adventures verstehen wir, dass Sie sich der geltenden Verhaltensregeln und der möglichen Probleme nicht immer bewusst sind. Daher haben wir einige Richtlinien zusammengestellt, die Ihnen helfen sollen:

- Sorgen Sie für Ihre persönliche Sicherheit.
- Zeigen Sie Respekt gegenüber den lokalen Gemeinschaften, Bräuchen und Werten.

Sollten Sie privat nicht versichert sein, empfehlen wir den Abschluss einer Komplett- + Schutzversicherung inkl. 100 % Stornoschutz. Preis pro Person € 315.- Für diese Reise gelten die allgemeinen AGB auf der Homepage von Marco Reisen, jedoch mit abgeänderten Stornobedingungen:

Bis Ende Juli 2025 vor Anreise 20%

Ab 01 August -04 Sep 2025 vor Anreise 70 %

Ab 05 Sep 2025 vor Anreise 100%

Buchungen und weitere Informationen in Ihrem Reisebüro

Marco Reisen

Thomas Walchstr. 35a

6460 Imst

Tel 05412-61630

Handy 0664-88937881

E-Mail info@marcoreisen.at

www.marcoreisen.at