

Indien – Nepal – Tibet – Bhutan – Burma – Thailand – Kambodja – Laos - Vietnam

Trekking i Nepal (5 dagar och/eller 12 dagar)

Det finns många varianter av Trekking i Nepal, här ger vi ett lite kortare förslag och ett längre kortfattat program. Observera att turearna utgår ifrån Pokhara.



5 Dagar

Dag 1: Flyg till Jomsom, vandring till Marpha

Upphämtning på hotell i Pokhara för Transfer till flygplatsen. Ni flyger till tibetanska högplatån Jomsom med ett litet propellerplan. Flygresan tar ca 30 minuter och på båda sidorna i planet ser ni Himalayas höga snöklädda toppar breda ut sig ovanför molnen. Efter att ni checkat in på ert Tea house börjar ni idag med er vandring ner till Marpha, en vacker stenklädd by omringad av äppel och aprikos odlingar. Här kommer ni att besöka en äppelodling, för att sedan gå tillbaka till Jomsom. Övernattning på Tea House i Jomsom

Jomoom ligger 2713 m ö h och här börjar de flesta sina trekkingturer vidare ut i Annapurna distriktet. Jomosom har en liten flygplats där endast små flygplan kan landa och kan bara flyga hit innan klockan 11 på morgonen, efter det tilltar vindarna i styrka och gör det svårt för flygplanen att landa.

Dag 2: Vandring, Jomsom - Muktinath

Idag fortsätter er trekking vidare mot Muktinath som ligger på 3800 m ö h. Övernattning på Tea House vid Muktinath?.

Muktinath är en av de viktigaste religiösa platser i Nepal för både hinduer och buddhister och ligger på 3710 m ö h vid foten av Thorong La Mountain passet. Byn är uppbyggd runt det heliga templet som sägs befria en från alla ens bekymmer.

Dag 3: Vandring, Muktinath - Kagbeni

Efter frukost fortsätter er vandring vidare till Kagbeni. Övernattning i tält i Kagbeni

Kagbeni ligger 2804 m ö h och här kan du se medeltida ruiner och buddhistiska terrakotta figurer. Geografiskt sätt kan man här säga att du befinner dig på kanten av den tibetanska högplatån, med Himalaya i bakgrunden.

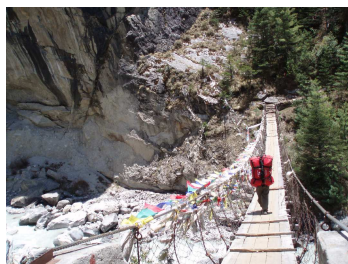
Dag 4: Vandring, Kagbeni - Jomsom

Idag är sista etappen på er trekking tillbaka till Jomsom. Övernattning på Tea House i Jomsom

Dag 5: Trekking – Pokhara

Tidig morgon tar ni flyget tillbaka till Pokhara.

Slut på program



Indien – Nepal – Tibet – Bhutan – Burma – Thailand – Kambodja – Laos - Vietnam**12 Dagar trekking upp till Mustang.**

Konungariket Mustang som ligger mellan Nepal och Tibet har bevarat mycket av den traditionella buddhistiska kulturen. Mustang är öppet endast för ett fåtal trekking grupper varje säsong. Vandrigen följer stigar genom byar som en gång tjänat en blomstrande handelslinje mellan Nepal och Tibet. Terrängen är slående av halvtorr öken med djupa raviner och bergshyllor och återföljs av höga snötappar.

Dag 1: Flyg till från Pokhara - Jomsom och vidare vandring till Kagbeni. Övernattning i tält

Dag 2: Vandring Chele, denna sträcka tar ungefär 5-6 timmar att gå. Övernattning i tält.

Dag 3: Vandring till Geling, en sträcka som tar ca 8 timmar. Övernattning i tält

Dag 4: Vandring till Charang, att gå denna sträcka tar ca 7 timmar. Övernattning i tält

Dag 5: Idag vandrar ni till Lo Manthang. Övernattning i tält

Dag 6: Hela dagen i Lo Manthang där ni besöker tempel och egen fri tid. Tält.

Dag 7: Vandring till Ghami, här övernattar ni i tält.

Dag 8: Vandring ner till Samar med övernattning i tält

Dag 9: Vandring tillbaka till Kagbeni, övernattning i tält

Dag 10: Idag gör ni en vandring till Muktinath, övernattning på **Tea house**.

Dag 11: Sista etappen vandring ner till Jomsom med en övernattning i **Tea house**.

Dag 15: Flyg tillbaka till Pokhara

Slut på program

