

## TREKKING MUSTANG - NEPAL

Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025



Erlebe mit uns die Einzigartigkeit des oberen Mustangs, dieses abgelegenen Königreichs, das mit seiner erhaltenen tibetischen Kultur, antiken Klöstern und historischen Stätten begeistert. Tauchen wir ein in die faszinierende Atmosphäre von charmanten Dörfern, die seit Jahrhunderten ihre Traditionen bewahrt haben. Genießen wir die abwechslungsreichen Landschaften von kargen Hochebenen bis zu tiefen Schluchten und entdecken wir die Magie dieses versteckten Juwels.

Ein Highlight im wahrsten Sinne des Wortes ist die spektakuläre Überschreitung des über 6.000 Meter hohen Saribung Passes hinunter ins selten besuchte Naar-Phu-Tal mit seinen ursprünglichen Dörfern. Optional können wir dabei auch einen Abstecher zum Gipfel des 6.328m hohen Saribung machen, der die Anstrengung mit atemberaubenden Panoramablicken auf Annapurna und Dhaulagiri entschädigen wird.

Genießen wir die unvergesslichen Höhepunkte dieser Reise, von den majestätischen Berggipfeln bis zu den authentischen Einblicken in die lokale Kultur. Ein Abenteuer, das bleibende Erinnerungen schafft!

## TREKKING MUSTANG - NEPAL

Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025



### Programm-Kurzfassung

Tag 1-2	Flug von München nach Kathmandu
Tag 3	Flug nach Pokhara
Tag 4-5	Flug nach Jomsom und Start Trekking
Tag 6-9	Trekking bis nach Lo Manthang
Tag 10	Lo Manthang - Rasttag
Tag 11	Lo Manthang - Luri Gumba
Tag 12-17	Trekking abseits der viel begangenen Pfade
Tag 18	Gipfelbesteigung Saribung
Tag 19-21	Trekkingtage bis Koto
Tag 22	Koto nach Bhulbhule
Tag 23	Zurück nach Kathmandu
Tag 24	Sightseeing in Kathmandu und traditionelles Abendessen
Tag 25	Flug nach Europa und Heimreise

### Anforderungen

Die Bergetappen sind teilweise recht lang und körperlich sowie höhentaktisch anstrengend. Es werden Pässe von über 6.000 Meter und Lager von über 5.000 Meter erreicht. Der Gipfel des Saribung ist 6.328m hoch. Eine gute Kondition für Gehzeiten von 5 bis 8 Stunden pro Tag, Trittsicherheit und stabile Gesundheit sind Grundvoraussetzungen für die Teilnahme.

# DETAILPROGRAMM



## TREKKING MUSTANG - NEPAL

Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

**ZEITRAUM** 26. Sep - 20. Oct 2025

**MINDESTTEILNEHMERZAHL** 6-8 Personen

**PREIS PRO PERSON** (ab 6-8 Teilnehmern): EUR 7.690,- \*

Zuzüglich Flug, Zusatzgepäck (je nach Fluglinie) und Reiseversicherung.

## TREKKING MUSTANG - NEPAL

### Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

## PROGRAMM

#### **TAG 1-2 FLUG VON MÜNCHEN NACH KATHMANDU**

Von München aus fliegen wir nach Kathmandu, in die quirlige Hauptstadt Nepals.

Dort werden wir uns im Hotel etwas ausruhen, bevor wir in das turbulente Treiben der Stadt eintauchen.

Verpflegung: -/-/-

Unterkunft: Hotel in Kathmandu

---

#### **TAG 3 FLUG NACH POKHARA**

In der Früh fliegen wir nach Pokhara, dem Ausgangspunkt für viele Trekking-Abenteuer ins Annapurna-Massiv. Die Stadt beherbergt den malerischen Phewa-See, umgeben von majestätischen Bergen, und bietet eine entspannte Atmosphäre. Wir werden bei einer Bootsfahrt die Landschaft genießen.

Verpflegung: -/-/-

Unterkunft: Hotel in Pokhara

---

#### **TAG 4-5 FLUG NACH JOMSOM UND START TREKKING**

In der Früh fliegen wir weiter nach Jomsom, wo wir unserer Trekkingtour im ehemaligen Königreich Mustang starten werden.

Muktinath eine bedeutende Pilgerstätte für Hinduisten und Buddhisten ist unser erstes Ziel. Da die Stadt bereits auf 3.760m liegt, werden wir den Aufstieg von Jomsom sehr gemütlich gestalten und uns auch ausgiebigen Fotostopps widmen.

Am nächsten Tag machen wir eine Akklimatisationswanderung für einen Tag auf dem Annapurna Trek und kehren wieder nach Muktinath zurück. Wir genießen dabei die umliegende Bergwelt und tolle Ausblicke und achten auf ein gemütliches Wandertempo, viel Trinken und ausgiebige Pausen. Wir bummeln sozusagen die Berghänge hinauf, bewundern die Landschaft und machen viele Fotos.

Verpflegung: Frühstück/Mittag/Abendessen

Unterkunft: Lodge oder Zelt



## TREKKING MUSTANG - NEPAL

### Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

#### TAG 6-9 TREKKING BIS NACH LO MANTHANG

Von Muktinath und dem Annapurna Trek verabschieden wir uns nun in Richtung oberes Mustang. Zuerst führt uns die Tagesetappe über den 4.077m hohen Gyu La Pass. Von dort wandern wir dann hinunter bis nach Tetang auf knapp über 3.000m. Tetang, auch bekannt als Chhusang, ist ein malerisches Dorf umgeben von roten Felsen und tiefen Schluchten. Die tibetische Kultur prägt das Dorf mit seinen alten Klöstern und kunstvollen Gebäuden.

Nun folgen wir dem Mustang Trek in umgekehrter Richtung über Tangee und Dhi bis nach Lo Manthang. Diese Routenwahl ermöglicht es uns, die in den letzten Jahren ausgebaute, staubige Jeeppiste weiträumig zu umgehen und entlegene Dörfer, kunstvolle Mani-Mauern und die traditionelle Lebensweise der Einheimischen kennenzulernen und die unberührte Schönheit und Kultur des oberen Mustangs zu entdecken.

Verpflegung: Frühstück/Mittag-/Abendessen

Unterkunft: Lodge oder Zelt



#### TAG 10 LO MANTHANG - RASTTAG

In Lo Manthang, der Hauptstadt des oberen Mustang, machen wir einen Rasttag und können antike Klöster, Stupas, kunstvoll verzierte Gebäude und alte Höhlen besuchen. Lo Manthang ist bekannt für seine einzigartige Architektur, traditionellen Festivals und gut erhaltene Lebensweise. Ein Besuch in diesem historischen und kulturellen Zentrum verspricht unvergessliche Einblicke in die Vergangenheit und Gegenwart des oberen Mustangs.

Verpflegung: Frühstück/Mittag-/Abendessen

Unterkunft: Lodge oder Zelt



## TREKKING MUSTANG - NEPAL

Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

### TAG 11 LO MANTHANG - LURI GUMBA

Majestätische rote Felsformationen, weite Hochebenen mit einem Blick auf schneebedeckte Gipfel und enge Schluchten erwarten uns. Luri Gumba, unser heutiges Tagesziel, ist ein bedeutendes Kloster mit einer reichen religiösen Geschichte. Hier erleben wir die faszinierende Architektur und spirituelle Atmosphäre dieses historischen Ortes.

Verpflegung: Frühstück/Mittag-/Abendessen

Unterkunft: Lodge oder Zelt



### TAG 12-17 TREKKING ABSEITS DER VIEL BEGANGENEN PFADE

In den nächsten 6 Tagen erwandern wir mehrere über 5.000m hohe Pässe und kommen in sehr ruhige, aber wunderschöne Gegenden. Hier werden die Wege schmaler und die Wegbegleiter weniger. Der Weg führt durch alpine Wiesen, vorbei an kristallklaren Gebirgsseen und entlang beeindruckender Gletscherformationen. Wir verbringen die Nächte im Zelt.

Verpflegung: Frühstück/Mittag-/Abendessen

Unterkunft: Zelt



## TREKKING MUSTANG - NEPAL

### Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

#### **TAG 18 GIPFELBESTEIGUNG SARIBUNG**

Heute haben wir die Besteigung des 6.328m hohen Saribung geplant. Wir werden bereits sehr früh aufbrechen und den Sonnenaufgang im Aufstieg bewundern. Die Belohnung für unsere Anstrengungen sind die Ausblicke auf die umliegenden Bergriesen mit Annapurna, Dhaulagiri und Nilgiri.

Verpflegung: Frühstück/Mittag-/Abendessen

Unterkunft: Zelt



#### **TAG 19-21 TREKKINGTAGE BIS KOTO**

In drei Tagen wandern wir nun wieder in tiefere Höhen und die Siedlungen und Dörfer werden wieder häufiger und größer. Wir erreichen den Zusammenschluss mit der Manaslu Umrundung.

Verpflegung: Frühstück/Mittag-/Abendessen

Unterkunft: Zelt



#### **TAG 22 KOTO NACH BHULBHULE**

Nachdem es ab Koto wieder möglich ist die Fahrtstraße zu nutzen, genehmigen wir uns eine gemütlichere Fortbewegungsart und fahren ein Stück mit dem Jeep bis nach Bhulbhule.

Verpflegung: Frühstück/Mittag-/Abendessen

Unterkunft: Lodge oder Zelt

## TREKKING MUSTANG - NEPAL

### Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

#### TAG 23 ZURÜCK NACH KATHMANDU

Mit dem Bus geht es zurück nach Kathmandu. Der heutige Fahrtag ist fast so anstrengend, wie die Trekkingtour. Die Straßen in Nepal sind in sehr schlechtem Zustand und so werden wir im Bus ordentlich durchgeschüttelt. Aber eine Wanderung bis Kathmandu wäre einfach zu lang.

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/-

Unterkunft: Hotel in Kathmandu

---

#### TAG 24 SIGHTSEEING IN KATHMANDU UND TRADITIONELLES ABENDESSEN

Kathmandu bietet viele Sehenswürdigkeiten, von denen wir einen kleinen Teil erkunden werden.

Am Abend erwartet uns zum Abschied ein traditionelles Cultural Dinner.

Verpflegung: Frühstück/-/Abendessen

Unterkunft: Hotel in Kathmandu



#### TAG 25 FLUG NACH EUROPA UND HEIMREISE

Heute geht es wieder zurück nach Hause. Je nach Flugzeit erreichen wir unseren Abflugort am selben oder am nächsten Tag. Individuelle Heimreise.

Verpflegung: Frühstück/-/-

---

## HINWEIS

Aufgrund von Flugverschiebungen, Schlechtwetter, „höherer Gewalt“ usw. kann es zu kurzfristigen Programmänderungen kommen. Ein gewisses Maß an Geduld und Flexibilität sind bei Bergreisen für die Anpassung an die örtlichen Gegebenheiten notwendig. Eine Reise auf engstem Raum erfordert Teamgeist und Kameradenhilfe genauso, wie Respekt und Toleranz gegenüber Mitreisenden.





## TREKKING MUSTANG - NEPAL

Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

### INKLUDIERTER LEISTUNGEN

- Inlandsflug Kathmandu - Pokhara - Jomsom
- Alle Transfers (Flughafen) und Rückfahrt nach Kathmandu
- 3 Nächte in Hotel in Kathmandu (Doppelzimmer) mit Frühstück
- 1 Nacht in Hotel in Pokhara (Doppelzimmer) mit Frühstück
- Restliche Nächte in Lodges bzw. im Zelt
- Voll-Verpflegung während des Trekkings
- 2-Mann Schlafzelte, Esszelt, Küchenzelt, Toilettenzelt, Stühle und Tisch (ab Lo Manthang)
- Führung durch Tom Rabl, staatl. gepr. österreichischer Berg- und Skiführer
- Zusätzlicher englischsprachiger Guide an den Trekkingtagen
- Climbing-Sherpa für die Saribung Besteigung
- Einheimische Begleitmannschaft mit Koch und Trägern
- Permits für Mustang und Annapurna Conservation Area
- Trekkingapotheke
- Höhenverträglichkeitstest + Auswertung bei [Sportscare](#) (im Wert von EUR 79,-)
- Icebreaker T-Shirt von Pure Mountain
- Spesen des Bergführers
- Organisation durch Pure Mountain, österr. Reiseveranstalter

### NICHT INKLUDIERTER LEISTUNGEN

- Internationaler Flug nach Kathmandu + Flughafensteuern
- Reiseversicherung
- Anreise und Parkgebühren zum und am Abflughafen
- Mittag- und Abendessen in den Städten
- Getränke
- Trinkgelder
- Persönliche Ausrüstung
- Persönliche Ausgaben
- Einzelzimmerzuschlag



## TREKKING MUSTANG - NEPAL

Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

### ALLGEMEINE REISEINFORMATIONEN

Zur Einreise benötigen Sie ein Visum. Das Touristenvisum kann in der zuständigen Botschaft in Wien oder bei Einreise am Flughafen in Kathmandu ausgestellt werden.

Benötigt werden ein bei Einreise noch mind. 6 Monate gültiger Reisepass und 2 leere Seiten. Weitere Informationen stehen auf der Seite des Außenministeriums

unter: <https://www.bmeia.gv.at/reise-services/reiseinformation/land/nepal>

Für Österreichische Staatsbürger sind keine Impfungen vorgeschrieben. Trotzdem wird empfohlen ca. 8 Wochen vor Reisebeginn den Hausarzt aufzusuchen.

Es gibt kein Sozialversicherungsabkommen zwischen Österreich und Nepal, der Abschluss einer Reisekrankenversicherung wird dringend empfohlen. Wir können eine Komplettschutz Reise- und Stornoversicherung über unseren Partner, die [Europäische Reiseversicherung](#), anbieten.

Nach Buchung werden eine Anzahlung von 20% vom Reisepreis und die Reiseversicherung verrechnet. Der Restbetrag ist 20 Tage vor Abreise fällig.

Internationale Flüge können von Pure Mountain nach Rücksprache mit den Teilnehmern organisiert werden. Allerdings werden diese erst nach Erreichen der Mindestteilnehmerzahl gebucht. Flüge und Zusatzgepäck sind Richtpreise und werden nach tatsächlichem Aufwand verrechnet.

Sollte die Mindestteilnehmerzahl bis 2 Monate vor Reisebeginn nicht erreicht werden, kann die Reise vom Reiseveranstalter kostenlos storniert werden. Die bereits geleistete Anzahlung, sowie die Kosten für die Reiseversicherung werden in diesem Fall vom Reiseveranstalter zurück überwiesen.

## TREKKING MUSTANG - NEPAL

Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

### IHR BERGFÜHRER

Tom Rabl  
E-Mail: [info@pure-mountain.at](mailto:info@pure-mountain.at)  
Telefon: +43 (0)664 3918160



Bereits im jungen Alter von 2,5 Jahren, nach Tom's erster 5-stündiger Bergtour, war klar, die Berge der Welt werden seine Leidenschaft sein. Tom wurde am 12. März 1980 geboren, wohnt seitdem in Erpfendorf und ist ein stolzer Tiroler, der aber gerne neue Wege beschreitet und unbekannte Länder bereist. Schon mit vierzehn machte er seine erste eigenständige und einwöchige Gebirgsdurchquerung im Steinernen Meer. Bald ging es dann auch in die Dolomiten, die hohen Tauern, die Westalpen und weiter bis in die Anden und den Himalaya. Ob Bergsteigen, Klettern, Skitouren, Eisklettern oder Hochtouren, kein Weg ist zu lang und kein Gipfel zu steil. Nach vielen wunderschönen privaten Touren entschied sich Tom im Jahr 2008, seine Leidenschaft, das Bergsteigen, auch beruflich auszuüben. Sein Wunsch ist es, die Schönheit der Berge seinen Gästen unverfälscht näher zu bringen. Mit eigener Kraft, im richtigen Tempo und mit guter Vorbereitung wird jede Tour ein reines Bergerlebnis. Als Kontrast zur Innenarchitektur, seinem zweiten Beruf, verbringt Tom jede freie Minute draußen, privat und als Bergführer. Er ist auch ehrenamtlicher Präsident des Tiroler Bergsportführerverbands, Obmann der [Kitzbüheler Bergführer](#) und Vorsitzender der Lawinenkommission Kirchdorf i.T..

### VERANSTALTER

PURE MOUNTAIN – Alpenschule & Bergreisen Rabl OG  
A-6383 Erpfendorf – Oberrain 22  
[info@pure-mountain.at](mailto:info@pure-mountain.at) - +43 (0) 664 4203152  
[www.pure-mountain.at](http://www.pure-mountain.at)

RSV-NR: 2016/0029

Garantiegeber: Raiffeisenbank Kirchdorf i.T., Dorfplatz 15, 6382 Kirchdorf i.T., Österreich.

Abwickler: Europäische Reiseversicherung AG, Kratochwilstraße 4, 1220 Wien, Tel.: +43 (0)1 317 25 00, E-Mail: [info@europaeische.at](mailto:info@europaeische.at)

Die Anmeldung sämtlicher Ansprüche ist bei sonstigem Anspruchsverlust innerhalb von 8 Wochen ab Eintritt einer Insolvenz beim Abwickler vorzunehmen.

# DETAILPROGRAMM



## TREKKING MUSTANG - NEPAL

Saribung Trek mit 6.000er Besteigung, 2025

Stand: 17.06.2024

Irrtum und Druckfehler vorbehalten. Es gelten die Allgemeinen Reisebedingungen von Pure Mountain.