



# Vandring vid Annapurna i Nepal

## 5-16 april och 30 okt - 10 nov 2024

Den här vandringen i Himalayas bergskedja är skapad för dig som önskar bekvämt boende och vandringsdagar som de flesta klarar på höjder runt 2000 meter. Det här är en av de klassiska vandringarna i Nepal och erbjuder möjligheter att besöka lokalbefolkningen i sina byar och njuta av magiskt vackra bergstrakter med vyer över flera toppar.

Vi bor på hotell och gästhus längst vägen som erbjuder ett bekvämt boende med sköna sängar och duschar med varmvatten samt god mat. Önskar du bo på traditionellt sätt i enkla tehus med mindre bekvämligheter går det också att ordna.

Vi besöker även UNESCO:s världsarv i Kathmandudalen och i Pokhara. En kortare flight på 30 minuter tar oss till vandringsområdet. Det går även att åka jeep dit från Kathmandu men det tar 8 timmar.

Vandringen är en av de lättare i Himalayamassivet och de flesta klarar den.

Vi har bärare som bär vår packning så det enda du behöver bära själv är en liten ryggsäck med förstärkningsplagg och vatten att dricka.

Mat bärs inte med upp utan äts på restauranger i byarna dit vi kommer eller som vi passerar.

Bästa tiden att vandra i Nepal är oktober/november och i april. Då är [www.enjoytravel.se](http://www.enjoytravel.se) | [info@enjoytravel.se](mailto:info@enjoytravel.se)

vädret klart och det regnar inte.

Vi tillbringar lite tid i den spännande staden Kathmandu före och efter vandringen för att hinna se och uppleva allt staden erbjuder. Även vandringens huvudpunkt Pokhara kommer vi att utforska.

Den här vandringen är definitivt ett minne för livet. Sakta ett steg i taget förflyttar vi oss mellan dalgångar och byar. Det är på lokalbefolkningens upptrampade stigar vi vandrar och vi möter dem på vägen liksom barnen på väg till och från skolan i en annan dalgång. Även boskapen traskar på samma stigar och hängbroar.



**Program:**

Dag 1 och 2

Nattflyg till Kathmandu med ett byte i Doha eller Dubai. Vid ankomst checkar vi in på hotellet och beger oss ut på stan, bla till den stora marknaden för att ev. komplettera vår utrustning. Sen blir det gemensam middag och genomgång av vandringen med vår guide. Övernattning på 4-5 stjärnigt hotell.

Vi har en ledig dag innan vandringen börjar för att invänta eventuellt försenat bagage och besöka några av stadens mest intressanta sevärdheter som det heliga templet Pashrupatinath; ett av Asiens mest spännande hindutempel. Bakom templet kremaras de döda vid den heliga floden. Även landets största stupa; Bouddha Stupa är värt ett besök. Den är byggd på vägen mellan Kathmandu och Tibet och den har ögon i alla 4 väderstreck.

**Vandring dag 3. flyg, jeep och kort vandring.**

Flyg 30 minuter till Pokhara (bedövande vacker utsikt över Himalayamassivet), därefter färdas vi i jeep ca 1.5 timme till Dhampus genom stora rhododendrumskogar och förbi terrasserade risfält. Sista etappen denna dag är en kort vandring på bara 30 minuter till Dhampus village på 1650 meters höjd. Här bor Gurung folket, en etnisk grupp i Nepal som härstannar från Tibet. Från Dhampus kan vi se 6 toppar över 7.000 meter. Övernattning i en bergslodge.

**Vandring dag 4. Från Dhampus till Majgaon, 1600 m. 4 timmar.**

Vi vandrar genom subtropisk natur förbi stora rhododendrumskogar, ekar, orkideer och magnolior till byn Majgaon där vi övernattar i en

bergslodge.

**Vandring dag 5. Majgaon till Landruk, 1565 m, 3.5 timmar.**

Vandringen håller sig på ungefär samma höjd men här är ingenting plant utan det går upp och det går ner när vi följer en bergsida genom små byar och odlingar fram till byn Landruk som är en Gurungby med vita hus och okrafärgade tak.

**Vandring dag 6. Från Landruk till Ghandruk på 2010 m, 4 timmar.**

Dagens vandring går brant nerför i en timme till en flod och sedan brant uppför i ca 2 - 3 timmar med magisk utsikt. Ghandruk är en av de största byarna för Garung-stammen och de finns även ett museum att besöka.

**Vandring dag 7. Från Ghandruk till Rimche, 1,5 timme och sedan 2.5 timmes jeep till Pokhara på 820 meters höjd.**

Efter dagens korta vandring kör vi till Syauli Bazaar och vidare till Pokhara. På kvällen blir det båttur och vandring runt sjön.

**Dag 8. Utforskning av Pokhara.**

Besök på World Peace Stupa, Pumdikop där vi kan bli välsignade, en 150 meter lång tunnel 30 meter under marken och en lång grotta på närmare 3000 meter. Här finns även ett museum där vi kan lära oss mycket om bergen i Nepal och livet för bergsfolken.

**Dag 9. Flyg 30 minuter tillbaka till Kathmandu. Ledig em och kväll.**

**Dag 10. Kathmandu stadstur på 4-5 timmar.**



**Dag 11 hemfärd.**

Den här vandringen är ett bekvämt sätt att uppleva Nepal och bergsfolken. Vi går inte över 2000 meter men har ändå fina vyer. Vi bor bekvämt på 4-5 stjärniga hotell och lodger där vi också serveras god mat. Bärare och guide följer med längs vägen och det enda du själv behöver bära är en lätt rygsäck med extrakläder och vatten. Vi behöver inga tält eller sovsäckar.

**Pris:**

**22.000 kr per person** i en grupp på max 12 personer. Då ingår guide, bärare, vandringstillstånd, inrikesflyg, alla transporter, bra bekväma boenden och helpension.

Det som tillkommer är dricks till bärarna, internationellt flyg och kostnad för visum. Bäst flyger man via Doha eller Dubai med Qatar eller Emirates men det går även att flyga med Star Alliance (Lufthansa) via Frankfurt och Delhi.

Vår lokala partner har vunnit en rad priser för sin verksamhet inom turism i Nepal. Han är även en social entreprenör och driver många projekt lokalt för att främja lokalbefolkningens villkor. Han är även en nyckelperson i den svensk nepalesiska organisationen Tuki Nepal. Bärarna och guiderna är lokala dvs bor och lever i de områden där vi vandrar. De är försäkrade och har fri sjukvård. De bär max 30 kg och deras lön räcker till att försörja familjen.

0709 44 76 10

[mariann.klint@enjoytravel.se](mailto:mariann.klint@enjoytravel.se)







## **KONTAKTA OSS**

08 717 23 17  
info@enjoytravel.se

Enjoy Travel Scandinavia AB  
Box 115  
116 74 Stockholm