



## Vandring vid Annapurna i Nepal oktober 2025

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. Högsta punkten vi besöker ligger på 3210 möh. 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.

Ni bor på 4-stjärnigt hotell i Kathmandu och Pokhara och gästhus/tehus i bergen.

Ni besöker även UNESCOs världsarv i Kathmandudalen och i Pokhara. En kortare flight på 30 minuter tar er 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.

Ni har bärare som bär packningen så det enda ni behöver bära själva är en liten ryggsäck med förstärkningsplagg och vatten att dricka.

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

[www.enjoytravel.se](http://www.enjoytravel.se) | [info@enjoytravel.se](mailto:info@enjoytravel.se)

Bästa tiden att vandra i Nepal är oktober/november och i april. Då är vädret klart och det regnar inte.

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

Den här vandringen är definitivt ett minne för livet. Sakta ett steg i taget förflyttar ni er mellan dalgångar och byar. Det är på lokalbefolkningens upptrampade stigar ni vandrar och ni 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. Alla blir hämtade på flygplatsen av en chaufför. Titta efter en skylt med Enjoytravel. Vid ankomst checkar ni in på [hotellet](#) och kan om ni vill ge er ut på stan för att ev. komplettera vår utrustning. Sen blir det gemensam middag och genomgång av vandrigen med min lokala partner. Hotellet ligger mycket centralt och har gym, spa och pool på taket.

**Dag 3**

Ni har en ledig dag innan vandrigen 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 kremeras 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.

**Dag 4**

**flyg, jeep och kort vandring till Ulleri på 2050 m.**

Flyg 30 minuter till Pokhara med Buddha Air (bedövande vacker utsikt över Himalayamassivet), därefter färdas ni i jeep ca 1.5 timme till Tikhedhunga där vandrigen börjar uppför ett ca 500 m högt och brant berg vilket beräknas ta ca 1.5 timme. Alternativt kan man färdas med jeep upp till byn Ulleri. (Ni åkte jeep uppför berget pga försenat flyg till Pokhara).

**Dag 5. Från Ulleri till Ghorepani 2810 m. Ca 4.5 tim**

Ni börjar dagens vandring uppför till Banthandi och vidare genom en skog till Nagelthanthi för lunch. Stigen fortsätter sedan till Ghorepani som ligger mitt i de enorma rhododendronskogarna. Härifrån ser ni Annapurna south. Det är en rejäl stiging ni gör idag så ta god tid på er.

**Dag 6. Ghorepani till Poonhill 3210 m - sen Thadapani 2650 m. ca 6 timmars vandring**

Ni startar före soluppgången för att ta er till en viewpoint som heter Poonhill. Här har ni en magnifik utsikt över fler än 10 berg. Ni serveras kaffe och ser solen gå upp innan ni går tillbaka för frukost och sedan för att fortsätta till Thadapani där ni övernattar. Stigen dit går rätt mycket både upp och ner.

**Dag 7. Från Thadapani till Ghandruk på 2030 m, ca 4 timmar.**

Dagens vandring går brant nerför i en timme till en flod och och fortsätter sedan ytterligare nerför till byn Ghandruk. Det är en av de största byarna för Garang-stammen och de finns även ett museum att besöka. Härifrån ser ni 4 bergstoppar; Annapurna south 7229 m, Hiunchuli, 6441, Annapurna III 7755 och och Fishtail 6997 m.

**Dag 8.. Från Ghandruk till Rimche, 1,5 timme och sedan 2.5 timmes jeep till Pokhara på 820 meters höjd.**

Efter dagens korta vandring till Rimche kör ni till Syauli Bazaar och vidare till Pokhara för lunch. På kvällen blir det båttur ut till en ö i sjön mitt i Pokhara.



#### Dag 9

Besök på World Peace Stupa, Pumdikop där ni kan bli välsignade, ni besöker en 150 meter lång tunnel 30 meter under marken och en lång grotta på närmare 3000 meter. Pokhara är en lugnare stad än Kathmandu och här finns fantastisk massage och bra shopping.

**Dag 10. Flyg till Kathmandu, ledig em, varför inte besöka gudinnan [Kumari](#) och Durban Square? På kvällen gemensam middag.**

#### Dag 11. Hemfärd för några och ytterligare en dag i Kathmandu för några.

Den här vandringen är ett bekvämt sätt att uppleva Nepal och bergsfolken. Ni går upp till 3.210 meter och på den nivån drabbas man inte av höjdsjuka. Ni bor bekvämt på 4 stjärniga hotell i städerna och lodger/tehus i byarna där ni också serveras god mat. Bärare och guide följer med längs vägen och det enda ni själv behöver bära är en lätt ryggsäck med extrakläder och vatten.

Min 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 ni vandrar. De är försäkrade och har fri sjukvård. De bär max 30 kg och deras lön räcker till att försörja familjen.

**Det går att låna utrustning** (stavar, duffelväska, sovsäck, jacka) Det man inte vill ta med på vandringen lämnas på hotellet. De låser in väskor och även värdesaker som datorer, ipads mm. Mani får max ta med sig 15 kg packning i duffelväskan. I den egna

dagsäcken bär man regnkläder, förstärkningsplagg och vatten.

Ni kommer stanna längst vägen både för kaffe och lunch så ni behöver inte flera liter vatten med er utan kan fylla på. Det fraktas upp dricksvatten i slutna plastflaskor och de är safe.

Totalt bor ni:

2 nätter i Kathmandu (3 om man anländer på natten)

4 nätter i tehus uppe i bergen

2 nätter i Pokhara

1 natt, alt 2 i Kathmandu på slutet

**Mariann Klint**

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