



Shangrilaya Aktivreisen GmbH
Geierlohweg 35
95111 Rehau
Deutschland
info@shangrilaya.com
Telefonnummer: 09283 8890216
Steuernummer: DE323803956

Angebot: Nr. 0000167
Ausgestellt am: 11. Dez. 2025
Ablaufdatum: 31. Dez. 2026

Tsum Valley Trek – Das verborgene Tal des Himalayas (IND-ZUMV)

Produkt oder Service	Anzahl	Einzelpreis	Gesamtpreis
INDIVIDUALREISE ab bis Kathmandu	1	1.850,00 €	1.850,00 €
Zwischensumme			1.850,00 €
Gesamtsumme:			1.850,00 €

Hinweise INDIVIDUALREISE

Dauer: 15 Tage
Fitness: Mittelschweres Trekking 3 von 5
Max-Höhe: 3700 m
Teilnehmerzahl: Ab 2 Personen
Technische Anforderung: Technik 2 von 5
Komfort: Lodge Trekking
Beste Reisezeit: Okt / Nov / Dez / Mär / Apr / Mai
Termin: Tägliche Anreise und Durchführung

LEISTUNGEN

- Alle Flughafentransfers in Nepal
- Begrüßungs- und Abschiedssessen
- Alle Transfers in privaten Fahrzeugen
- 4x Übernachtung im Hotel DZ
- 12x Übernachtung Lodge DZ
- 16x Frühstück
- 12x Mittagessen
- 12x Abendessen
- Englisch sprechende Reiseleitung
- Gepäcktransport durch Träger (bis 15 kg)
- Alle Trekking- und Nationalparkgebühren
- Reiseversicherung für Guide/Träger

OPTIONALE ZUSATZLEISTUNGEN

- Deutsch sprechende Reiseleitung 130 €
- Einzelzimmeraufschlag 170 €
- Privatreise (bei 1 Pers.) 255 €

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- Nepal-Visum
- Reiseversicherung
- Internationale Flüge
- Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- Zusätzliche Verpflegung für Unterwegs
- Trinkgelder, Persönliches

REISEBESCHREIBUNG

Der Tsum Valley Trek führt in eines der abgelegensten und spirituellsten Täler Nepals – ein verstecktes Juwel nördlich des Manaslu-Massivs. Abgeschirmt vom Rest der Welt, blieb das Tsum Valley jahrhundertelang weitgehend unberührt und hat sich seine ursprüngliche tibetisch-buddhistische Kultur bis heute bewahrt.

Die Route verläuft durch das eindrucksvolle Budhi-Gandaki-Tal hinauf in die Region Gorkha, vorbei an Reisterrassen, dichten Wäldern und uralten Steindörfern, bis hinauf zu den Klöstern Rachen Gompa und Mu Gompa auf über 3.700 Metern Höhe.

Auf dem Weg erleben Sie herzliche Menschen, farbenfrohe Mani-Mauern und Chörten, stille Klöster und spektakuläre Ausblicke auf Ganesh Himal, Sringi Himal und Himalchuli.

Der Trek ist moderat bis anspruchsvoll, erfordert jedoch keine technischen Kletterkenntnisse – eine gute Kondition und Offenheit für einfache Unterkünfte und entlegene Pfade genügen.

Der Tsum Valley Trek ein intensives Erlebnis zwischen Natur, Kultur und Spiritualität weit abseits der bekannten Touristenrouten.

REISEVERLAUF

Tag 1: Ankunft in Kathmandu

Direkt nach Ihrer Ankunft in Kathmandu werden Sie durch Ihren Reiseleiter am Flughafen mit bunten Blumenketten in Empfang

genommen. Sie werden zu Ihrem Hotel gebracht, welches sich im quirligen touristischen Zentrum Thamel und somit fußläufig zur historischen Altstadt befindet. Übernachtung im Hotel. -/-

Tag 2: Freizeit in Kathmandu

Der heutige Tag in Kathmandu steht Ihnen zur freien Verfügung. Am Abend laden wir Sie ein zu einem traditionellen nepalesischen Willkommensessen im Hotel. Übernachtung im Hotel. F/-/A

Tag 3: Fahrt nach Maccha Khola (900 m)

Nach einem stärkenden Frühstück beginnt die Fahrt mit dem Kleinbus. Nachdem Sie das Kathmandu Tal verlassen haben, gibt es einen ersten Aussichtspunkt mit Blick auf den entfernten Manaslu und das Ganesh Himal. Sie fahren bis zum Ausgangspunkt Ihrer Trekkingtour, dem Örtchen Maccha Khola. Fahrzeit ca. 6-8h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 4: Trek Jagat (1410 m)

Sie folgen dem Budhi Gandaki auf und ab und überqueren eine Hängebrücke, um die andere Seite des Flusses zu erreichen. Schritt für Schritt gewinnen Sie an Höhe, so dass Sie sich gut akklimatisieren können. Vorbei an Reis- und Hirseterrassen gelangen Sie nach Tatopani, wo es heiße Quellen zu bestaunen gibt. Hier genießen Sie die Sicht auf die Bergkette des Ganesh-Himal. Vorbei an einem beeindruckenden Wasserfall erreichen Sie das Örtchen Dobhan. Von hier geht es weiter entlang des Budhi Gandaki bis nach Jagat. Laufzeit ca. 6-7h (^ 1040 m v 580 m). Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 5: Trek nach Philim (1.500 m)

Weiter durch dichte Wälder, vorbei an traditionellen Steinhäusern und kleinen Teehäusern, bis Sie das malerische Dorf Philim erreichen. Laufzeit ca. 5-6h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 6: Trek nach Chokhang Paro (1.800 m)

Aufstieg durch das Tsum Valley, vorbei an terrassierten Feldern und Bambuswäldern. Unterwegs herrliche Ausblicke auf die umliegenden Himalaya-Gipfel. Laufzeit ca. 6-7h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 7: Trek nach Chhekampar (3.031 m)

Heute steigen Sie weiter in das Herz des Tsum Valley auf. Das Dorf Chhekampar liegt malerisch auf einer Anhöhe, umgeben von schneedeckten Bergen. Laufzeit ca. 5-6h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 8: Tagesausflug Rachen Gompa (3.240 m)

Tagesausflug zur Nonnenklosteranlage Rachen Gompa, einem bedeutenden spirituellen Zentrum. Rückkehr nach Chhekampar am Nachmittag. Laufzeit ca. 5-6h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 9: Trek nach Mu Gompa (3.700 m)

Aufstieg zu Mu Gompa, einem abgelegenen Kloster im oberen Tsum Valley. Atemberaubende Ausblicke auf Himal Chuli und Ganesh Himal. Laufzeit ca. 6-7h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 10: Erkundung Mu Gompa & Umgebung

Tag zur Akklimatisation und Erkundung der Umgebung von Mu Gompa. Besuch von Klöstern und Spaziergänge durch das abgelegene Hochtal. Laufzeit ca. 2-3h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 11: Trek nach Chhekampar (3.031 m)

Rückweg nach Chhekampar entlang derselben Route. Genießen Sie nochmals die ruhige Atmosphäre des Tsum Valley. Laufzeit ca. 5-6h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 12: Trek nach Lokpa (2.240 m)

Abstieg durch Wälder und Dörfer bis nach Lokpa, dem Eingang des unteren Tsum Valley. Laufzeit ca. 6-7h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 13: Trek nach Jagat (1.410 m)

Weitere Etappe zurück entlang des Budhi Gandaki-Flusses bis nach Jagat. Laufzeit ca. 6h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 14: Trek nach Maccha Khola (900 m)

Letzte Tagesetappe des Treks. Abstieg zurück nach Maccha Khola, letzte Nacht im Trekkinggebiet. Laufzeit ca. 6-7h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 15: Rückfahrt nach Kathmandu

Rückfahrt im Kleinbus nach Kathmandu. Unterwegs Ausblicke auf Manaslu und Ganesh Himal. Ankunft am Nachmittag und Transfer zum Hotel. Fahrzeit: ca. 7-8h. Übernachtung in einer Lodge. F/M/A

Tag 16: Abreise aus Kathmandu

Transfer zum Flughafen für Ihren Heimflug oder Anschlussprogramm.

Verpflegung: F / - / -

3 = Leichtes Trekking 3 von 5

gute bis sehr gute Kondition erforderlich, Vorbereitung auf die Reise zu empfehlen, Laufzeiten von 4 bis 8 Stunden am Tag, gut begehbarer Wanderwege, knöchelhohe Wanderschuhe benötigt, bis maximal 4000 Höhenmeter

Lokale Reiseleitung je nach Auswahl

Die Möglichkeit von einer englisch- oder deutschsprachigen Reiseleitung begleitet. Diese Person bringt nicht nur umfangreiches Wissen und lokale Kontakte mit, sondern auch ein außergewöhnliches Engagement, das Ihre Reise zu einem unvergesslichen Erlebnis werden lässt.

Gepäcktransport durch Träger

Für zwei Personen steht ein Gepäckträger zur Verfügung. Sie müssen lediglich Ihren Tagesrucksack mit den wichtigsten persönlichen Gegenständen tragen. Die Träger übernehmen bis zu 15 kg Ihres Gepäcks während des Trekkings. Zusätzliches Gepäck kann vorübergehend im Hotel in Kathmandu aufbewahrt werden.

Übernachtungen in einem Hotel

des Hotels oder Zimmers erfolgt Ihre Unterbringung. Die Hotelkategorie (3 Sterne) entspricht der lokalen Klassifizierung. Wir greifen auf folgende oder ähnliche Hotels zurück:
Mila Hotel (***)
in Kathmandu

Übernachtung in einer Lodge

Während Ihrer Trekkingtour übernachten Sie in einfachen Lodges. Die Zimmer sind mit einem komfortablen Bett, Matratze und Kissen ausgestattet. Zusätzliche Decken können auf Anfrage bereitgestellt werden. Die Toiletten befinden sich außerhalb der Zimmer und werden gemeinschaftlich genutzt. Warme Duschen und WiFi sind möglicherweise gegen eine geringe Gebühr verfügbar. Wenn Sie ein Einzelzimmer für Ihre Reise gebucht haben, wird Ihnen diese Option im Hotel gewährt. Während des Trekkings kann jedoch aufgrund von Kapazitätsbeschränkungen nicht garantiert werden, dass Sie alleine in einem Zimmer übernachten.

Verpflegung

An jedem Reisetag ist ein Frühstück inbegriffen. Je nach Auswahl während Ihrer Trekkingtour haben Sie die Möglichkeit, mittags einen warmen Hauptgang à la carte mit einem Heißgetränk zu genießen. Zum Abendessen wird Ihnen eine Suppe Ihrer Wahl als Vorspeise serviert, gefolgt von einem Hauptgang à la carte. Ihr Guide verwöhnt Sie zum Abschluss mit frischem oder warmem Obst als Dessert. Zu allen Mahlzeiten werden heiße Getränke gereicht. Vegetarische Optionen sind auf Anfrage verfügbar, vegane Gerichte sind jedoch nur begrenzt möglich.

Transport

Bei Ihrer Ankunft und am Flughafen werden Sie herzlich von Ihrer Reiseleitung empfangen und zu Ihrem Hotel gebracht. Während Ihres gesamten Aufenthalts gemäß dem Programm werden Sie in privaten Fahrzeugen befördert, sei es im Auto, Jeep oder Kleinbus – abhängig von der Gruppengröße und Verfügbarkeit.

Trekking- und Nationalparkgebühren

In vielen Regionen, die unter besonderem Naturschutz stehen, gelten spezielle Regelungen und Maßnahmen, die von der Regierung oder dem Nepal Tourism Board festgelegt wurden. Daher werden Nationalparkgebühren erhoben, die bereits inbegriffen sind.

Reiseversicherung für Guides und Träger

Neben einer fairen Bezahlung sind unsere Guides und Träger umfassend versichert, um sie im Falle gesundheitlicher Probleme während ihrer Tätigkeit für Shangrilaya Aktivreisen abzusichern. Das bedeutet, dass sie im Falle von Krankheit, Unfall oder ähnlichen Vorfällen durch eine Reiseversicherung geschützt sind.

Begrüßungs- und Abschiedssessen

Am Tag Ihrer Ankunft sowie am Abend vor Ihrer Rückreise erwartet Sie ein traditionelles nepalesisches oder tibetisches Willkommens- bzw. Abschiedssessen, bei dem Ihr Guide Sie begleiten wird. Dieses besondere Erlebnis findet entweder in einem charmanten Restaurant oder in einem privaten Zuhause statt. So haben Sie die Möglichkeit, sich zu Beginn Ihrer Reise kennenzulernen und den Abschluss Ihres Abenteuers gemeinsam zu feiern.

Individualreise: ab 2 Teilnehmern

Entscheiden Sie sich für eine Individualreise, reisen Sie garantiert mit mindestens zwei Personen. Sollten weitere Freunde oder Bekannte Interesse haben, können sie sich Ihrer Reisegruppe anschließen und so eine ganz persönliche Gruppe bilden. Dabei garantieren wir, dass keine externen Reisenden hinzukommen, sodass Sie in Ihrer vertrauten Runde bleiben und ganz nach Ihren Wünschen reisen können. Zudem genießen Sie maximale Flexibilität bei der Terminwahl, um Ihre Reise ganz nach Ihren Vorstellungen zu gestalten.

REISEBAUSTEIN

Tagesausflug nach Bhaktapur

Nach dem Frühstück werden Sie abgeholt und fahren nach Bhaktapur, der traditionsreichsten der drei Newari-Städte im Kathmandu-Tal. Sie besuchen den Palast mit den 55 Fenstern, das Palastmuseum sowie mehrere UNESCO-Stätten, darunter den Nyatapola-Tempel, das Goldene Tor und den Dattatreya-Platz. Bhaktapur hat seinen ursprünglichen Charme bewahrt: In den Altstadtgassen erleben Sie Töpfer, Holzschnitzer und das ruhige Leben der Bewohner. Am Nachmittag geht es zurück nach Kathmandu.

Preis pro Person 100 €

LEISTUNGEN

- Deutschsprechende Reiseleitung
- Alle Transfers in privaten Fahrzeugen
- Alle Gebühren
- Alle Eintrittsgelder
- Ab 2 Teilnehmern

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- Privatreise (bei 1 Pers.) 150 €
- Zusätzliche Verpflegung für Unterwegs
- Trinkgelder
- Persönliches

REISEBAUSTEIN

Besichtigungen in Kathmandu

Mit einem deutschsprachigen Reiseleiter entdecken Sie Kathmandus wichtigste Heiligtümer: den „Affentempel“ Swayambunath mit seinem Panorama über das Tal, die Tempel- und Verbrennungsstätte Pashupatinath sowie den majestätischen Stupa von Boudhanath. Sie erleben die Verbindung buddhistischer und hinduistischer Traditionen, beobachten die Rituale an den Ghats des Bagmati und sehen tibetische Pilger, die den Stupa umrunden – eindrucksvolle spirituelle Eindrücke, die den Tag abrunden.

Preis pro Person 90 €

LEISTUNGEN

- Deutschsprechende Reiseleitung
- Alle Transfers in privaten Fahrzeugen
- Alle Gebühren
- Alle Eintrittsgelder
- Ab 2 Teilnehmern

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- Privatreise (bei 1 Pers.) 120 €
- Zusätzliche Verpflegung für Unterwegs
- Trinkgelder
- Persönliches

REISEBAUSTEIN

Aufenthalt im Kloster

Erleben Sie das authentische Klosterleben in der Drigung Kagyu Rinchen Palri Monastery in Ramkot, nur 30 Minuten von Kathmandu entfernt. Bewundern Sie die farbenprächtige Architektur, nehmen Sie an einer Puja teil und genießen den tibetischen Buttertee. Erleben Sie den monastischen Alltag: gemeinsames Mittagessen, Einblicke in Schlafsaile, Küche und Klassenzimmer, und lernen Sie die rund 100 Mönche kennen. Auf Wunsch ist eine Übernachtung in einfachen Klosterzimmern möglich.

Preis pro Person 180 €

LEISTUNGEN

- Alle Transfers in privaten Fahrzeugen
- 1x Übernachtungen in der Klosteranlage DZ
- 1x Frühstück,
- 1x Mittagessen,
- 1x Abendessen

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- Privatreise (bei 1 Pers.) 200 €
- Nepal-Visum
- Zusätzliche Verpflegung für Unterwegs
- Trinkgelder
- Persönliches

REISEBAUSTEIN

Zusätzliche Übernachtung in Kathmandu

Zusätzlich können Sie Übernachtungen in Kathmandu buchen. Für eine Übernachtung mit Frühstück gelten folgende Preise:

Doppelzimmer: 80 €

Einzelzimmer: 60 €

Wir nutzen das Mila Hotel (**) oder ein vergleichbares Hotel in Kathmandu.

Rechtliche Hinweise

Die Reise ist grundsätzlich nicht für Personen mit eingeschränkter Mobilität geeignet!

Bitte beachten Sie, dass der Reisepass für weitere 6 Monate ab Einreisedatum gültig sein muss.

Wir sind jedoch nicht verantwortlich für Änderungen oder Stornierungen vom Programm aufgrund unvermeidlicher Umstände wie Straßenblockaden, Sturm, Überschwemmung, Erdrutsche, Schnee, Unruhen und ähnlichen Fällen höherer Gewalt sowie Einschränkungen aufgrund von COVID-19. Alle anfallenden Mehrkosten gehen zu Lasten des Kunden.

Bitte informieren Sie sich über die aktuellen Reise- und Sicherheitshinweise sowie über die Einreisebedingungen im Internet!

Deutsche Staatsbürger beim Auswärtigen Amt unter www.auswaertiges-amt.de

Österreichische Staatsbürger beim Außenministerium unter www.aussenministerium.at

Weitere Informationen entnehmen Sie unseren Allgemeinen Reisebedingungen.