

Nepalreisen *Heinz Nikolaus*



Dolpo Zum Phoksundo See



Voraussetzungen:

- + ein guter allgemeiner Gesundheitszustand und ausreichende Kondition für Gehzeiten bis 7 Stunden.
- + mittelschwierige Trekkingtour

Charakteristik:

- + Diese Tour führt in eine der abgelegensten Gegenden Nepals. Ursprüngliche Lebensart und tiefe Religiosität bestimmen das Bild. Es gibt nahezu keine touristische Infrastruktur. Sie eignet sich besonders für trittsichere Pioniere, die bereits Erfahrung mit Trekkingtouren haben.

Tourenbeschreibung

(Änderungen vorbehalten, Zeitangaben sind Richtwerte)

1. Tag: Jumla, 2400 m - Dochal, 2630 m (4 Stunden)

Von Jumla, 2400 m, ostwärts unterhalb des Flugfeldes hinüber zu den zwei Brücken von Dhansanghu, 2440 m. Wir überqueren beide Brücken und folgen dem Tila auf dem südlichen Ufer auf einem breiten Weg wandern wir nach Depalgaon, 2460 m. Nun auf breitem, flachem Weg nach Dochal 2630 m.

2. Tag: Dochal, 2630 m - Chhopagoan, 3085 m (6 Stunden)

Oberhalb von Dochal befindet sich eine Weggabelung. Man folgt dem unteren Weg und steigt zu einem Pass mit Steinhäufen, 3060 m. Abstieg über Weiden zur Schaffarm von Gothichaur, 2850 m. Durch eine beschauliche Schlucht nach links hinunter zum Tila, den man bei 2760 m in Sichtweite von Kudigaon erreicht. Nun folgt man dem südlichen Ufer des Tila bis zur massiven Holzbrücke von Khuri, 2770 m, die wir überqueren. Weiter auf der nördlichen Seite bis Manigaon (Munisanghu), 2810 m. Es geht wieder ans rechte Ufer hinüber, dort durch einen schönen Wald hinauf bis man auf einem herrlichen Platz am Bach, 2890 m steht. Es folgen

Nepalreisen Heinz Nikolaus, Rheinstraße 11, 76275 Ettlingen

Tel.: 0049724315453; FAX 00497243525542

E-Mail: info@Nepalreisen.info Internet: <http://Nepalreisen.info>

Bankverbindung: Badische Beamtenbank, Karlsruhe (BLZ 660 908 00) Konto 13449122

IBAN: DE 20 6609 0800 0013 4491 22 BIC: GENODE61BBB

Nepalreisen *Heinz Nikolaus*



weitere Lagerplätze dieser Art. Durch Wald und schöne Landschaft wandern wir nach Chhopagoan, 3085 m.

3. Tag: Chhopagoan, 3085 m - Pokhri, 3580 m (7 Stunden)

Ein leichter Aufstieg führt zu einer großen Weide, 3240 m. Nun durch ein wunderschönes Hochtal leicht hinauf zu einer Yakalp, Barbare Phedi, 3820 m. Nun nach rechts sehr steil hinauf zum ersten Pass, Bharbhare Lekh, 4297 m. Auf leicht fallendem Hangweg zum zweiten Pass, 4100 m. Abstieg auf Weideland zu einem Chörten, 3640 m, und von dort zu einer großen Wiese mit See, Pokhri, 3580 m, prächtige Rundschau.

4. Tag: Pokhri, 3580 m - Toijum, 2920 m (5 Stunden)

Abstieg auf dem sanft abfallenden Rücken bis nach Hurikot, 2760 m, wo sich etwas abseits des Dorfs ein Bön-Kloster befindet. Das Dorf selbst besteht aus eigenartig bläulich gefärbten Flachdachhäusern. Hier biegt auch die südliche Route über die Mauri Lekh wieder ein. Von Kaigaon zweigt der wintersichere Weg über den Bolangra Bhanjyang nach Juphal ab. Man folgt nun dem Gar Pung Khola auf gutem Weg an dessen nördlichen Ufer bis Bokhpane, 2770 m. Nun leicht ansteigend und links in das Seitental des Jagdula Khola. Abstieg durch Wald zur natürlichen Felsbrücke und kurzer Aufstieg zum Nationalparkhaus von Toysem, 3010 m. Beginn des Shey-Phoksumdo Nationalparks, mit 3555 km² das größte Naturschutzgebiet Nepals.

5. Tag: Toijum, 2920 m - Kagmara Phedi, 4050 m (4 Stunden)

Steiler Aufstieg durch prächtigen Mischwald zu einer großen Wiese ohne Wasser, ca. 3450 m. Nun auf Hangweg zur Alp June, 3700 m. Es geht weiter zum Bach. Auf dem östlichen Ufer steil hinauf zu einem kleinen Pass, 3990 m. Von hier immer rechts des Bachs zu einer großen Alpwiese, Kagmara Phedi, 4050 m.

6. Tag: Kagmara Phedi, 4050 m, Ruhetag

Zur optimalen Akklimatisierung ist hier ein Ruhetag sehr wichtig. Steigen Sie tagsüber z.B. in Richtung Pass oder an der Talseite bis ca. 4500 m auf und kehren Sie zum Schlafen wieder zurück nach Kagmara Phedi. Wildbeobachtungen und das Studium der Flora sowie der hiesigen Alpwirtschaft sind interessante Beschäftigungen.

7. Tag: Kagmara Phedi, 4050 m - Lasa, 4060 m (6 Stunden)

Wir wandern zur großen Alpweide, wo regelmäßig große Yakherden zu sehen sind. Dort steigen wir auf etwas ruppigem Weg gemächlich zu einer Weide auf 4350 m. Es geht nun den markanten Geröllkamm steil hinauf. Oben auf Wegspuren weniger steil über eine Moräne links, dann nach rechts haltend auf Wegspuren über weite Flächen zur Passhöhe des Kagmara La, 5040 m. Übersetzung von Kagmara La: Pass der toten Krähe... Hinunter, zunächst wenig steil, dann auf eine Hochebene, 4850 m hinab. Jetzt auf Weglein links ins Tal hinunter. Erst am linken Ufer des Bachs, den

Nepalreisen Heinz Nikolaus, Rheinstraße 11, 76275 Ettlingen

Tel.: 0049724315453; FAX 00497243525542

E-Mail: info@Nepalreisen.info Internet: <http://Nepalreisen.info>

Bankverbindung: Badische Beamtenbank, Karlsruhe (BLZ 660 908 00) Konto 13449122

IBAN: DE 20 6609 0800 0013 4491 22 BIC: GENODE61BBB

Nepalreisen *Heinz Nikolaus*



man bald überquert. Auf der rechten Talseite erreicht man bald einen guten, etwas geneigten Lagerplatz auf 4480 m. Man bleibt am rechten Talhang und quert zu einer steilen Wiese mit Chörten, Lasa, 4060 m. Sicht auf Kanjiroba und Kanjeluwa. Kalter Platz. Tibetisch korang = Krähe, tsang = Nest.

8. Tag: Lasa, 4060 m - Pungmo, 3320 m (4 Stunden)

Auf langsam absteigendem Hangweg mit drei steilen Zwischenstufen hinunter zur Brücke, 3680 m. Man setzt ans linke Ufer des Darjam Khola über. Danach folgt die Weide von Taze, 3650 m. Abstieg zum Seitenbach und hinunter zum Sommerdorf auf ca. 3470 m. Leicht absteigend zu einem großen Tor-Chörten, dahinter Seitenbach und das Dorf Pungmo, 3320 m.

9. Tag: Pungmo, 3320 m - Chhepka, 2838 m (6 Stunden)

Auf gutem Weg am linken Talhang zum Armeelager von Sumduwa, 3150 m. Kurzer Abstieg zur Brücke über den Suli Gad, 3050 m. Über die Brücke und links des Bachs zur Brücke von Renchi, 3020 m. Danach guter Rastplatz hinter einem Lawinenkegel, 2980 m. Am Fluss entlang und die steilen Steintreppen hinauf, dann im Wald hinauf zu den Feldern von Torkol, 3260 m. Man quert den Hang, dann folgt ein steiler Abstieg. Im Wald unten zweigt ein 1996 erstellter neuer Weg rechts ab, überquert den Suli Gad und führt auf der westlichen Talseite hinunter. Nach zwei Stunden erreicht man Chhepka, 2838 m.

10. Tag: Chhepka, 2838 m - Dunai, 2140 m (5 Stunden)

Aufstieg durch Wald, später Hangweg, dann hinunter nach Hanke, 2700 m. Ende des Shey-Phoksumdo Nationalparks. Nun steiler Abstieg zum Fluss und zur Brücke, 2500 m. Rechts des Suli Gad in öder Landschaft zu den Feldern von Roha Bensi, 2350 m. Wieder links des Bachs zu einer Ansammlung von Häusern, genannt Suli Gad, 2230 m. Wir bleiben links des Bachs auf dem Talweg und erreichen bald das Tal des Barbung Tsangpo (Bheri) und dort in heißen Gefilden den Distriktshauptort Dunai, 2140 m.

11. Tag: Dunai, 2140 - Juphal, 2475 m (4 Stunden)

Vom Polizeiposten am linken Ufer des Barbung Tsangpo (Bheri) hinunter nach Runggad, 2140 m. Dem Fluss folgend bis Kalagauda, 2110 m. Nun Aufstieg bis zum Flugfeld von Juphal, 2475 m.

Nepalreisen Heinz Nikolaus, Rheinstraße 11, 76275 Ettlingen

Tel.: 0049724315453; FAX 00497243525542

E-Mail: info@Nepalreisen.info Internet: <http://Nepalreisen.info>

Bankverbindung: Badische Beamtenbank, Karlsruhe (BLZ 660 908 00) Konto 13449122

IBAN: DE 20 6609 0800 0013 4491 22 BIC: GENODE61BBB