

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: Juphal, 2550 m - Dunai, 2230 m (4 Stunden)

Vom Flugfeld Juphal, 2550 m, hinunter zum Dorf Juphal, 2400 m. Nun auf Hauptweg zum schwarzen Barbung Tsangpo (Bheri), den man bei Kalagaua, 2110 m erreicht, tiefster Punkt dieses Treks. Flach nach Ruggad, 2140 m. Gemütlich auf großem, flachem Weg nach Dunai, 2230 m (Checkpost).

2. Tag: Dunai, 2230 m - Tarakot, 2570 m (6 Stunden)

Vom Bazar zur alten Brücke, 2250 m. Diese wird überquert. Fast eben auf der nördlichen Seite des Barbung Tsangpo nach Byasger, 2310 m. Weiter über einen Seitenbach und zu einer Hausruine in Felshöhle am Fluss, 2350 m. Noch etwas flach, dann über eine steile Rampe und wieder hinunter zu einer Hängebrücke über den Fluss, über die Brücke und etwas hinauf zum Checkpost unterhalb von Tarakot, 2410 m.

3. Tag: Tarakot, 2410 m - Laina Odar, 3370 m (7 Stunden)

Unterhalb des Dorfes Tarakot hindurch und zu einer Weide im Seitental des Rimgan Khola: Laisicap, 2570 m. Auf dem Hangweg durch Buschland zu einer

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*



geneigten Wiese mit Wasserstelle. An ein Seitental, dort durch schöne Zypressenbestände etwas aufsteigen zu einem Höhenweg und dort flach zu einer langen Hängebrücke über den Barbung Tsangpo, Chandul Phul, 2620 m. Durch Steinblöcke und Zypressen gelangt man nach Khani, 2690 m. Wir treten nun ein in die enge Schlucht des Tarap Chhu, wo oft Steinschlag zu beobachten ist, zudem versperren manchmal große Lawinenkegel vom Winter den Weg. Durch Wald, später steil in heißem Hang hinauf, dann wieder meist im Wald auf und ab, teilweise auf neuem Weg im Fels bis Teaza, 3260 m, offene Alpwiese.

4. Tag: Laina Odar, 3260 m - Odar, 3475 m (6 Stunden)

Kurz flach dem Bach entlang, dann auf sehr steilem Pfad hinauf. Es folgt ein flaches Stück bis zu einem Seitental mit Wasserfall und Bach von links, 3530 m. Auf ausgesetztem Weg hinunter zur Brücke bei Chhyugar, 3520 m. Über den Bach auf die östliche Seite des Tarap Chhu. Es folgen drei weitere Brücken und auf dem neuen Weg erreicht man auf der westlichen Seite Odar, 3475 m, große Höhle. Hier übernachten oft Hirten mit Schafen und Ziegen.

5. Tag: Odar, 3640 m - Langa, 3900 m (5 Stunden)

Über die Brücke bis Toltol, 3523 m. Immer auf dem westlichen Ufer bleibend auf gutem Weg zu einer Brücke auf 3750 m. Hinauf durch glaziale Lehmhügel zum Chörten, 3850 m. Kurzer Abstieg zur nächsten Brücke und zu einem Seitenbach mit Brücke, 3820 m. Durch aride Landschaft flach zu einer Talverzweigung, Lang Chhu, 3910 m.

6. Tag: Dho/Tarap, 3944 m (4 Stunden)

Rechts führt der Weg nach Lang. Nach der Brücke ins linke Tal. Man erreicht eine Manimauer, 3930 m, mit erstem Blick nach Dho. Von dort ebenfalls flach nach Dho/Tarap, 3944 m. Es lohnt sich ein Ausflug zum Bön-Kloster von Ship Chhok, 4150 m, eine gute Wegstunde im rechten Seitental von Dho entfernt. Natürlich sollte man auch der schönen Anlage von Ribo Bumpa, direkt oberhalb von Dho, einen Besuch abstatten. An den Hängen sind manchmal Blauschafe zu beobachten.

7. Tag: Dho/Tarap, 3944 m - Numala Basecamp, 4440 m (3 Stunden)

Auf fast flachem und staubigem Weg, vorbei an Tok-Kyu zur Champa Gompa, 4250, die kurz nach einer Brücke auf der südlichen Seite des Tarap Chhu liegt. Vorbei an den letzten Häusern und nach links hinauf über Weiden zu einem Lagerplatz am Passfuß, Yak Kharka, 4440 m (Camp).

8. Tag: Numala Basecamp, 4440 m - Danigar, 4631 m (6 Stunden)

Zunächst steil hinauf auf einem breiten Buckel. Dort auf flacherem Weg hinauf, später nach rechts flach in ein Tal, dort wieder nach rechts steil hinauf durch vegetationsloses Geröll auf den Numa La, 5270 m. Großartige Sicht auf Dhaulagiri I und die öden Kämme des Dolpo. Abstieg durch ein einsames Gerölltal bis zu einem Lagerplatz bei Talverzweigung, große Felsnase, 4480 m. Abstieg durch Geröll zum

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*



tiefsten Punkt, Poyon Chhu, 4390 m. Nun nach links auf dem großen Weg etwas aufsteigend bis an die Talecke, 4450 m. Scharf links haltend und zum Camp am Passfuß, Danigar), 4631 m.

9. Tag: Danigar, 4631 m - Bangala Basecamp, 3982 m (6 Stunden)

Über den Bach und auf großem Geröll beladenem Zickzackweg hinauf zu einer flacheren Geröllhalde. Nach einer weiteren Steilstufe erreicht man einen großen Talkessel. Auf schönem Weg hinauf zum Baga La, 5020 m. Abstieg auf recht gutem Weg zu einem guten, flachen Platz, 4640 m. Der weitere Abstieg führt durch ein enges, mit Geröll gefülltes Tal, dann steil hinunter zu einer großen Weide mit Bergsturzspuren, 4050 m. Dahinter befindet sich ein weiterer großer Platz mit Wacholderbeständen, 3910 m. Das Tal weitet sich etwas. Durch zunehmenden Wacholderwald gelangt man zu einer Sommerweide mit kleinen Häusern, 3800 m. Jetzt am rechten Hang in herrlichem Koniferenwald zu zerfallenen Häusern, darunter schöne Wiese, Bangala Basecamp, 3982 m.

10. Tag: Bangala Basecamp, 3982 m - Phoksundo Tsho, 3733 m (5 Stunden)

Auf schönem Hangweg hoch über dem Tal bis zum Eingang des Phoksundotales. Nun nach rechts durch Koniferenwald hinunter zum See, Phoksumdo Tsho, 3733 m. Nachmittags Ausflug zur herrlich gelegenen Chhölung Gompa (Bönpo), oder ins Dorf Ringmo. Einmalige Gegend mit viel Wald!

11. Tag: Phoksumdo Tsho, 3630 m - Chhepka, 2838 m (7 Stunden)

Vom See zur Brücke und am Gegenhang hinauf nach Ringmo, an der Schule vorbei und zu einer Weide. Aufstieg in Mischwald zum Talausgang, kurzer, heikler Abstieg zu einem Aussichtspunkt mit Sicht auf den Wasserfall, 3590 m. Nun steiler, staubiger Abstieg zum Winterdorf Mondro, 3220 m. Kurz darauf gelangen wir zum Headquarter des Nationalparks. Wir erreichen durch Zypressenwald das Armeelager von Sumduwa, 3150 m. Abstieg zur Brücke über den Sulighad, 3050 m. Nun östlich des klaren Bachs zur Holzbrücke von Renji, 3020 m. Über einen Lawinenkegel kommen wir zu einem weiteren Rastplatz, von dort über Steintreppen, dann im Wald steil hinauf zu den Feldern von Torkol, 3260 m. Abstieg in den Wald, bald folgt eine Abzweigung nach rechts zum Bach hinunter, dort über die Brücke und am westlichen Ufer auf neuem Weg zum Camp kurz vor Chhepka, 2750 m.

12. Tag: Sepka, 2750 m - Juphal, 2550 m (7 Stunden)

Kurzer Aufstieg, dann dem Hang entlang zum Nationalparkhaus. Abstieg nach rechts hinunter zum Sulighad, bald überqueren wir den Bach und wandern am westlichen Ufer nach Roha Bensi, 2350 m. Weiter auf der linken Seite bis Sulighad, 2230 m. Flach Tal auswärts in das Haupttal und nach Kalogaunra, 2110 m. Schließlich folgt noch ein Aufstieg über das Dorf zum Flugfeld von Juphal, 2550 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