

# Trekking Langtang in Nepal

## Zwischen Himalaya-Gipfeln und tibetisch geprägter Kultur

**Das Langtang-Trekking führt durch Rhododendronwälder und Bergdörfer bis in die Hochgebirgswelt des Himalaya. Unterwegs begegnen wir der tibetisch geprägten Kultur der Region. Mit dem Cherko Ri 4890m und dem Yala Peak 5500m warten zwei Gipfel mit weitem Blick über das Langtang-Gebiet.**

**1.–3. Tag** Anreise nach Kathmandu und Kultur im Kathmandu-Tal

**4.–5. Tag** Fahrt nach Syabrubesi und Start des Trekkings

**6.–7. Tag** Durch das Langtang-Tal nach Kyanjin Gompa 3870m

**8. Tag** Besteigung des Cherko Ri 4890m

**9.–10. Tag** Yala-Peak-Basislager und Besteigung des Yala Peak 5500m

**11.–12. Tag** Abstieg durch das Langtang-Tal und Rückfahrt nach Kathmandu

**13.–15. Tag** Reservetag in Kathmandu und Rückreise

### Deine Pluspunkte

- Besteigung des Cherko Ri 4890m und des Yala Peak 5500m
- Trekking durch das Langtang-Tal bis nach Kyanjin Gompa auf 3870m
- Einblicke in die tibetisch geprägte Kultur der Bergregion
- Kleine Gruppe mit 6 bis 12 Gästen

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 1: Gehen auf vorhandenen Wegspuren oder einfache Hochtouren. Keine komplexen alpinen Techniken erforderlich.

**Kondition:** Stufe 2: Regelmässige Tagesetappen mit längeren Aufstiegen. Gute Ausdauer und eine solide Grundkondition werden vorausgesetzt.

## Leistungen inbegriffen

- Organisation der gesamten Trekkingreise
- Staatlich geprüfte:r europäische:r Bergführer:in oder Trekkingguide als Expeditionsleader
- Erfahrener lokaler, englischsprechender Trekking Guide
- Englischsprechender City- & Kulturguide am Tag 3
- Informationstreffen
- Sämtliche Transfers; Bus- und Jeep-Fahrten
- Privatfahrzeug am Tag 3 (Besichtigung von Pashupatinath und Bhaktapur)
- Trekking- und Nationalparkgebühren
- 4 Nächte im 5*-Hotel im Doppelzimmer in Kathmandu
- 7 Nächte in Lodges im Doppelzimmer
- 1 Nacht im Zelt (2 Personen pro Zelt) im Yala Peak Basislager
- Vollpension ab/bis Kathmandu
- Halbpension in Kathmandu
- Tee und Kaffee ab/bis Kathmandu bei gemeinsamen Mahlzeiten
- Tourentee ab/bis Kathmandu
- Tragtiere oder Träger während des ganzen Trekkings (max. 12 kg Last pro Teilnehmer/in)
- Satellitentelefon, exklusiv Gesprächsgebühren
- Trekkingapotheke

## Leistungen nicht inbegriffen

- Flüge nach/ab Kathmandu (Gerne übernehmen wir die Flugbuchung für dich. In diesem Falle verrechnen wir dir eine Buchungspauschale von CHF 100.-)
- Versicherungen
- Visagebühren für Nepal (ca. USD 50.- für einen max. 30-tägigen Aufenthalt, Stand 2025)
- Individuelle Getränke
- Persönliche Medikamente
- Individuelle Trinkgelder ca. USD 300.- plus
- Falls bei einer Doppelzimmerbuchung kein:e Zimmerpartner:in gefunden wird, übernimmt KP swiss expeditions die Hälfte des anfallenden Einzelzimmerzuschlags
- Mehrkosten, die bei Änderungen des vorgesehenen Reiseablaufes entstehen

# Reiseprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

### 1. Tag | Flug nach Kathmandu

### 2. Tag | Kathmandu

Nach der Ankunft in Kathmandu beziehen wir unser Hotel in unmittelbarer Nähe vom Thamel. Nach einer ersten Besprechung statten wir dem Zentrum Kathmandus (Thamel) einen Besuch ab.

**Hotel | Mahlzeiten: -/-/A**

### 3. Tag | Besichtigung Kathmandu-Tal

Heute besichtigen wir das Kathmandu-Tal. Wir besichtigen Pashupatinath, das wichtigste hinduistische Heiligtum Nepals. Pashupatinath wird von vielen Pilgern und Sadhus aufgesucht. Sadhus sind Asketen, die teils eine meterlange Haarpracht tragen, ganz wie ihr Vorbild, der Hindugott Shiva. Anschliessend gehen wir nach Bhaktapur, eine der drei Königsstädte im Kathmandu-Tal. Bhaktapur gilt als die Schönste davon. Die jahrhundertealten Tempel mit den kunstvollen Holzschnitzereien gehören zum Weltkulturerbe der UNESCO und in den engen Gassen von Bhaktapur fühlen wir uns um Jahrhunderte zurückversetzt.

**Hotel | Mahlzeiten: F/-/A**

### 4. Tag | Kathmandu - Syabrubesi 1530m

Wir brechen früh in Kathmandu auf und fahren, anfangs durch eher flaches Gelände nach Trishuli Bazar, dem Handelszentrum der Region. Ab hier wird das Tal zunehmend enger und die Strasse windet sich steil in die Höhe. Nach einer anspruchsvollen Fahrt erreichen wir schliesslich Syabrubesi, den Ausgangspunkt unseres Trekkings.

**Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 5. Tag | Syabrubesi - Lama Hotel 2460m

Nach der gestrigen Autofahrt starten wir heute voller Vorfreude in unser Trekkingabenteuer. Eine Hängebrücke führt uns über den Bhote-Koshi-Fluss, bevor wir den stetig ansteigenden Pfad hinauf nach Surka in Angriff nehmen. Der Weg schlängelt sich durch dichte Wälder. Mit etwas Glück entdecken wir Languraffen in den Baumwipfeln, bunte Vögel oder beeindruckend grosse Schmetterlinge. In dieser Gegend sind sogar seltene Tiere wie der scheue Rote Panda oder der Himalaya-Schwarzbär heimisch. Eine Sichtung wäre ein echtes Highlight, aber sehr selten.

**Gehzeit 6 Std | Aufstieg 1000m | Abstieg 50m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 6. Tag | Lama Hotel - Langtang Village 3450m

Durch wunderschöne Eichen-, Ahorn- und Rhododendronwälder steigen wir weiter auf. Dabei eröffnet sich immer wieder ein eindrucksvoller Blick auf den über 7200 Meter hohen Langtang Lirung. Hinter der Siedlung Ghodatabela öffnet sich das Tal zunehmend und der Weg wird flacher. Am Nachmittag erreichen wir das, nach dem schlimmen Erdbeben 2015, neu aufgebaute Dorf Langtang. Einen feinen Apero in der Lodge rundet den langen, abwechslungsreichen Trekkingtag ab.

**Gehzeit 5.5 Std | Aufstieg 1000m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 7. Tag | Langtang Village - Kyanjin Gompa 3870m

Vorbei an fotogenen Stupas und wasserbetriebenen Gebetsmühlen erreichen wir das Kloster Kyanjin Gompa. Die Landschaft ist nun bereits deutlich karger als noch vor 3 Tagen und wir fühlen uns bereits ein wenig als wären wir schon in Tibet. Dank der kurzen Tagesetappe können wir unserem Körper Zeit zur Akklimatisation gönnen und haben zudem die Zeit, die Umgebung in Ruhe zu geniessen und auch einen Einblick in die lokale Kultur zu gewinnen.

**Gehzeit 3 Std | Aufstieg 400m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 8. Tag | Cherko Ri 4890m

Gutes Wetter vorausgesetzt, steht uns heute ein imposanter Tag bevor. Umgeben von mächtigen Bergen zählt das Langtang-Tal nicht umsonst zu den eindrucksvollsten Hochtälern Nepals. Unser Ziel, der 4890m hohe Cherko Ri, bietet einen weiten Rundblick über das Langtang-Tal. Nach der Gipfelrast steigen wir wieder ab und kehren zur uns bereits bekannten Kyanjin Gompa Lodge zurück.

Gehzeit 7 Std | Aufstieg 1150m | Abstieg 1150m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A

### 9. Tag | Kyanjin Gompa – Yala Peak-Basecamp 4600m

Ein abwechslungsreicher Tag führt uns zum Basislager des Yala Peak. Unterwegs geniessen wir immer wieder spektakuläre Ausblicke auf die schneebedeckten Gipfel des Langtang, allen voran auf den Langtang Lirung, den Dorje Lakpa und den Ganesh Himal. Das Basislager selbst liegt inmitten einer rauen, wilden Berglandschaft und bietet eine einzigartige Aussicht auf die imposante Nordflanke unseres Zieles von morgen, den Yala Peak.

**Gehzeit 6 Std | Aufstieg 820m | Zelt | Mahlzeiten: F/L/A**

### 10. Tag | Yala Peak Basecamp - Yala Peak 5500m - Kyanjin Gompa

Die Mühen des Aufstiegs zum Gipfel sind dank des spektakulären 360°-Panorama bald vergessen. Besonders der Blick zur 8027m hohen Shisha Pangma ist einmalig! Der anschliessende Abstieg führt uns über den uns bereits bekannten Weg gleich bis nach Kyanjin Gompa.

**Gehzeit 8 Std | Aufstieg 910m | Abstieg 1730m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 11. Tag | Kyanjin Gompa - Rimche

Heute treten wir den Rückmarsch nach Kathmandu an. Entlang des uns schon vertrauten Weges geht es über Langtang bis zum Örtchen Rimche wo wir ein letztes Mal in einer Lodge im Langtang-Tal übernachten.

**Gehzeit 6 Std | Aufstieg 50m | Abstieg 1450m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 12. Tag | Rimche - Kathmandu

Es geht zurück nach Kathmandu. Von Rimche aus wandern wir zurück nach Syabrubesi. Der Abstieg bietet nochmals beeindruckende Ausblicke auf die sattgrünen Hügel und die majestätischen Gipfel des Himalayas. Ein wunderbarer Abschluss der Trekkingreise. In Syabrubesi wartet bereits unser privater Jeep, der uns zurück nach Kathmandu bringt.

**Gehzeit 3 Std | Abstieg 1050m | Hotel | Mahlzeiten: F/L/A**

### 13. Tag | Kathmandu (Reservetag)

Nach 8 Tagen in den Bergen erleben wir heute einen riesigen Kontrast. Nochmals geniessen wir Kathmandu mit seinen Geräuschen und Gerüchen. Sicherlich besuchen wir nochmals das Thamel, das eine oder andere Café oder statten Bodnath einen Besuch ab. In Bodnath befindet sich Nepals grösste Stupa. Sicherlich geniessen wir den Abend bei einem feinen Abendessen und beschliessen so eine grossartige, abwechslungsreiche Zeit in diesem Land.

**Hotel | Mahlzeiten: F/-/A**

### 14.-15. Tag | Rückflug von Kathmandu

Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Europa und Ankunft in Europa am Folgetag.

**Programmänderungen unter Vorbehalt.**

**Mahlzeiten:**

F: Frühstück

L: Mittagessen | Boxlunch

A: Abendessen

# Wichtige Informationen

## Flugbuchung

Die Langstreckenflüge sind nicht im Pauschalpreis enthalten. Wir vermitteln gerne ein passendes Flugangebot. So können wir die Reise und die Flughafentransfers optimal koordinieren und bei Terminänderungen unterstützen. Für die Flugbuchung verlangen wir eine Bearbeitungsgebühr von CHF 100.-. Wer die Flüge lieber selbst bucht, muss die Reisedaten vorgängig mit uns abstimmen.

Je nach Wetter und Verlauf der Expedition kann sich die Rückreise verschieben. Eine frühere Rückkehr ist ebenso möglich wie eine Verlängerung der Expedition, sofern die Bedingungen eine Besteigung zu einem späteren Zeitpunkt ermöglichen. Deshalb empfehlen wir ein umbuchbares Flugticket. Allfällige Umbuchungskosten tragen die Teilnehmenden.

## Erforderliche Reisedokumente

Für Schweizer:innen und EU-Staatsbürger:innen wird das Visum für Nepal bei der Einreise eingeholt. Die Kosten sind im Reisepreis nicht inbegriffen. Der Reisepass muss noch mindestens 6 Monate über den Rückreisetermin hinaus gültig sein.

## Impfungen

Ein ausreichender Impfschutz liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden. Es empfiehlt sich, den persönlichen Impfschutz frühzeitig zu überprüfen und bei Bedarf ärztlichen oder tropenmedizinischen Rat einzuholen. Weitere Informationen bietet HealthyTravel.

## Äussere Einflüsse

Sollten wir auf Grund von äusseren Einflüssen wie z.B. Unwetter, schlechten Weg- oder Strassenbedingungen, Flugverzögerungen, Anordnung der Behörden oder Streiks gezwungen sein, den Reiseverlauf anzupassen, behalten wir uns dieses Recht vor.

## Versicherungen

Für einen genügenden Versicherungsschutz sind alle Teilnehmenden selber verantwortlich. Wir empfehlen dringend eine Annullationskosten-, Auslandskranken- und Unfallversicherung. Es gilt darauf zu achten, dass auch allfällige Bergungs- und Rettungskosten eingeschlossen sind. Viele Versicherungen schliessen Reisen und Aktivitäten in grossen Höhen aus oder begrenzen ihre Leistungen. Eine frühzeitige Abklärung, ob die Versicherung für die geplante Reise die volle Deckung übernimmt, ist wichtig.

Ebenso wichtig ist die Übernahme von epidemischen oder pandemischen Krankheiten sowie bei politischen Situationen vor Ort. Auf dieser Seite haben wir ausführliche Informationen rund um das Thema Versicherungen zusammengestellt.

## Allgemein

Das Trekking läuft parallel zur Expedition Mount Everest Nord.

## Lokale Agentur

Unsere lokale Mannschaft besteht aus nepalesischen Sherpas. KP swiss expeditions hat sich mit viel Engagement über die Jahre ein hervorragendes Sherpa-Team aufgebaut. Einige unserer Sherpas standen schon viele Male auf den höchsten Gipfeln ihres Landes. Sie arbeiten mit uns aber auch in Tibet und in Pakistan zusammen, sei es auf Trekkings oder Expeditionen. KP swiss expeditions sorgt für ihren Englisch-Unterricht in Kathmandu.

## Trinkgelder

Grosse Unterstützung liefern unsere lokalen Mitarbeiter (Sherpa Guide, die Träger und der Cityguide). Wie auch in Europa ist die Höhe des Trinkgeldes leistungsabhängig und kann daher nicht abschliessend kalkuliert werden. Nachfolgend die mindestens zu zahlenden Beträge:

- Trekking Guide USD 250.-
- Träger und Basecamp-Mannschaft USD 100.-
- Cityguide USD 10.-

## Unterkunft

In Kathmandu übernachten wir im stilvollen Yak & Yeti. Das Hotel zeichnet sich durch seine Nähe zum Thamel, dem pulsierenden Ausgehviertel der Stadt, sowie durch seine grosse, gepflegte und ruhige Gartenanlage aus. Während des Trekkings übernachten wir in (teils) einfacheren Lodges (meist Doppelzimmer) und für die Nacht im Yala Peak-Basislager in einem geräumigen Zelt.

## Klima

Im Himalaya treffen zwei spezielle Klimatypen aufeinander. Die Südabdachung ist geprägt von einem subtropischen Monsunklima mit einem Niederschlagsmaximum im Sommer, die Nordabdachung gegen das tibetische Hochland von einem ariden Kontinentalklima mit warmen Sommern und bitterkalten Wintern. Für Trekking im Himalaya stehen grundsätzlich zwei Zeitfenster zur Verfügung, eines im Frühling (Vor-Monsun), das zweite im Herbst (Nach-Monsun). Beide haben ihre Vor- und Nachteile, die je nach konkretem Ziel überwiegen können. Grundsätzlich bringt der Vor-Monsun (Frühling) angenehmere (wärmere) Temperaturen, aber auch mehr Feuchtigkeit. Regelmässige Niederschläge sind sehr wahrscheinlich. Im Herbst (Nach-Monsun) dagegen sind die Temperaturen tendenziell tiefer aber oft von einem ausgeprägten Schönwetterfenster begleitet.

## Annullationsbedingungen

Es gelten die offiziellen Annullationsbedinungen gemäss AGB's.

## Keine Gipfelgarantie

Wir planen all unsere Reisen mit grosser Sorgfalt und bestmöglichen Akklimatisationen um sicher ans Ziel zu kommen. Wir geben jedoch keine Gipfelgarantie - die Sicherheit und Gesundheit aller Teilnehmer steht immer an oberster Stelle.

## Durchführung

Der aktuelle Status ist auf der Webseite ersichtlich. Wir informieren dich frühzeitig über die definitive Durchführung. Bitte wende dich für Fragen direkt an unser Büro in Root-Luzern, +41313812333 oder info@kp-swissexpeditions.ch

## Haftungsauschluss

Mit der Buchung akzeptieren die Teilnehmenden das dem Bergsport innewohnende Restrisiko, das auch bei sorgfältiger Führungsarbeit bestehen bleibt. Voraussetzung für die Teilnahme sind die erforderliche körperliche und psychische Verfassung sowie eine den Anforderungen entsprechende Ausrüstung. Den Weisungen der Reiseleitung ist Folge zu leisten. Die Teilnehmenden tragen im Rahmen ihrer Kenntnisse und Fähigkeiten Eigenverantwortung.

KP swiss expeditions haftet im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen. Eine Haftung für Schäden aufgrund höherer Gewalt, unvorhersehbarer Naturereignisse, Eigenverschuldens, des Fehlverhaltens Dritter oder der Missachtung von Weisungen ist ausgeschlossen.

# Ausrüstung

# Kontakt

### Hast du noch Fragen? Wir beraten dich gerne!

Telefon: +41 31 381 23 33
E-Mail: info@kp-swissexpeditions.ch
Homepage: https://www.kp-swissexpeditions.ch/

### Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
09:00–12:00 Uhr
13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.
Allgemeine Geschäftsbedingungen: https://www.kp-swissexpeditions.ch/AGB
Druckdatum: 22.11.2026 23:37