







## Trekking Nepal: Tamang Heritage Trail – 7 dagen – reiscode NT.14



<b>Startdata</b>	: iedere dag van het jaar mogelijk
<b>Beste reistijd</b>	: tussen 1 oktober - 15 december en 15 februari - 1 juni
<b>Zwaarte trekking</b>	: medium
<b>Duur trekking</b>	: 7 dagen
<b>Maximale hoogte</b>	: 3296 meter
<b>Accommodatie</b>	: basic lodges
<b>Vervoer</b>	: privévervoer
<b>Start- en eindpunt</b>	: Kathmandu

### Reisbeschrijving

De noordelijke Langtang vallei, ook wel de vallei van de gletsjers genoemd, staat bekend om haar prachtige natuur, rijke cultuur en de authentieke levensstijl van haar bewoners. De streek ligt ten noorden van Kathmandu en grenst aan Tibet. De omgeving is prachtig met kleine dorpjes, naald- en loofbossen, woeste rivieren, manimuren en chortens (boeddhistische bouwwerken), scherpe bergguggen en pieken die tot in de hemel reiken.

De bewoners, de Tamang, stammen af van de Tibetanen en hebben een eenvoudige levensstijl. Ze verbouwen hun eigen voedsel en verkopen hun lokale producten langs de oude handelspaden tussen Nepal en Tibet. De Tamang wonen in met houtsnijwerk gedecoreerde huizen en dragen nog vaak hun eigen klederdracht. Tijdens de Tamang Heritage Trail ben je voor even onderdeel van het traditionele leven van de Tamang.

### Dag tot dag beschrijving

#### **Dag 1: Kathmandu naar Syabrubesi (1460m)**

*Reistijd: ca. 8 uren*

Je wordt opgehaald bij je hotel en gaat samen met je gids en eventuele dragers op weg naar het hoge noorden. De reis gaat deels over geasfalteerde en deels onverharde wegen. Onderweg heb




je een mooi uitzicht over het Nepalese platteland en de machtige Himalaya. Syabrubesi is een relatief groot dorp waar meerdere trekkings van start gaan. Het is leuk om na de lange reis in het dorp rond te kijken en kennis te maken met de bewoners. De dorpelingen zijn grotendeels van Tibetaanse en Mongoolse oorsprong.

 Guesthouse

## Dag 2: Trekking Syabrubesi naar Gatlang (2240m)

*Wandeluren: ca. 4 tot 5*

De dag start met een pittige wandeltocht omhoog de bergen in. Na ongeveer twee uren kom je in Gholjong aan. Hier heb je een schitterend uitzicht op de besneeuwde pieken van de Ganesh Himal en Langtang Himal. Vanaf Gholjong is het een makkelijke wandeling naar Gatlang. Het dorpje Gatlang is een pláátje. De huizen zijn rijk versierd met houtsnijwerk, de locals dragen authentieke kleding en op alle daken wapperen gebedsvlaggetjes. In de namiddag worden de kookvuren in de huisjes aangestoken en zie je in het licht van de ondergaande zon overal rook omhoog kringelen. Een bijna magisch gezicht.

 Lodge

## Dag 3: Trekking Gatlang naar Tatopani (2240m)

*Wandeluren: ca. 6*

In de vroege ochtend daal je geleidelijk af naar de Trisuli rivier. Langs het pad staan manimuren (gebedsmuren) en chortens (stupa's). Loop altijd links langs de manimuren en chortens. Het zal je, zoals de bewoners van deze streek geloven, voorspoed en geluk brengen. Nadat je de rivier bent overgestoken in Chilime gaat het pad weer bergopwaarts tot aan Tatopani.

In Tatopani kun je een bad nemen in de warmwaterbronnen midden in het dorp. Het water dat uit de bronnen omhoog komt heeft een geel/oranje kleur doordat er veel ijzer in zit. De bevolking gelooft dat het water van de bronnen geneeskrachtig is en helpt bij verschillende kwalen.


 Lodge



#### **Dag 4: Trekking Tatopani via Nagthali naar Thuman (2315m)**

*Wandeluren: ca. 4 tot 5*


Na het ontbijt loop je bergopwaarts, door de bossen, naar Nagthali Ghyang (3200m), het hoogste punt van de trekking. Vanaf hier heb je een geweldig uitzicht op de bergreuzen van Langtang en Gosainkund. Na de lunch daal je flink af naar ca 1500m waarna je weer omhoog loopt naar Thuman, op 2315m hoogte. Zéker weten dat je vanavond voelt dat je beenspieren hard gewerkt hebben vandaag. Thuman is een relatief groot traditioneel dorp. De Thuman-vallei staat op de world heritage lijst van de Unesco vanwege haar eeuwenoude kloosters en tempels.

 Lodge

#### **Dag 5: Trekking Thuman naar Briddim (2290m)**

*Wandeluren: ca. 4*

Vandaag loop je via een mooie route over een makkelijk beloopbaar pad. De trail gaat via bossen en kleine dorpjes. In het voorjaar bloeien de rhododendrons hier uitbundig. Onderweg ontmoet je de Tamang, die druk bezig zijn met het bewerken van hun land en het verzamelen van voer voor hun buffels. Een deel van het pad loopt langs de krachtige Bhote Kosi-rivier, die vanuit het Tibetaanse hoogland Nepal binnenstroomt.

 Lodge

#### **Dag 6: Trekking Briddim naar Syabrubesi (1460m)**

*Wandeluren: ca. 2 tot 3*

De tocht gaat bergafwaarts door prachtige bossen en kleinschalige landbouvveldjes. Voor de laatste keer kun je genieten van de wereld van de Tamang. Eenmaal terug in Syabrubesi heb je alle tijd om bij te komen van de trektocht. Misschien heb je zin om te relaxen met een glas fris of een koud biertje. Of ga je jezelf onderdompelen in de warmwaterbron bij de rivier?

 Lodge



**Dag 7: Syabrubesi naar Kathmandu (1400m)**

*Reistijd: ca. 7-8 uren*

In de vroege ochtend reis je per jeep terug naar Kathmandu. Bijzondere reiservaringen rijker!





## PRIJSOVERZICHT

Aantal reizigers	Prijs per persoon
2-3 personen	€ 550
4-7 personen	€ 400
8-14 personen	€ 350

### Prijs optionele drager/sherpa

<b>Sherpa/drager (max 15 kg) *</b>	€ 150 voor de hele trekking (prijs per drager)
------------------------------------	------------------------------------------------

\* Een drager neemt max 15 kg voor je mee. Twee reizigers hebben voldoende aan één drager (7,5 kg per reiziger).

### Prijs inclusief

- Al het vervoer in Nepal zoals genoemd in de reisbeschrijving  
dag 1: privévervoer Kathmandu - Syabrubesi  
dag 7: privévervoer Syabrubesi - Kathmandu
- Alle overnachtingen van dag 1 t/m dag 6 in basic accomodaties zoals genoemd op basis van twee- of driepersoonskamers
- Trekking permit
- Registratiebewijs (TIMS)
- Engelsspreekende trekking gids, inclusief alle maaltijden, overnachtingen, vervoer, salaris, materialen en verzekeringen voor de gids
- Tijdens de hele reis lokale reisbegeleiding beschikbaar (24/7 per telefoon)
- Garantie SGR
- Garantie Calamiteitenfonds

### Prijs exclusief

- Persoonlijke uitgaven (telefoonrekening, fooi, wassen van kleding, maaltijden, etc.)
- Slaapzak en handdoek
- Persoonlijke verzekeringen
- Boekingskosten à € 30,- per boeking
- Bijdrage Calamiteitenfonds à € 2,50 per boeking
- Bijdrage SGR à € 5,- per persoon
- Vliegtickets
- Visum
- Uitgaven en kosten die niet genoemd staan onder 'prijs inclusief'



Onze reisbestemmingen liggen buiten de 'westerse wereld', zodat je in contact komt met andere gebruiken, culturen en mentaliteiten. Dat maakt onze reizen extra interessant, maar houd er rekening mee dat sommige dingen anders zijn dan thuis. Eten, hotels, vervoermiddelen en infrastructuur verschillen in nogal wat landen van wat wij in Nederland en België gewend zijn. Je kunt een driesterrenhotel in India niet vergelijken met een Nederlands driesterrenhotel en een bus in Vietnam biedt minder beenruimte dan een Europese touringcar. Als je van tevoren rekening houdt met dit soort zaken, dan zal eventueel oponthoud of ongemak niet vervelend zijn. Houd er rekening mee dat vanwege het avontuurlijke karakter van onze reizen en onvoorziene omstandigheden (een weg kan onbegaanbaar raken, een vervoermiddel kan kapot gaan of een binnenlandse vlucht heeft vertraging) het voor kan komen dat we, ondanks zorgvuldige planning vooraf, toch genoodzaakt zijn een dagindeling of programmaonderdeel aan te passen. Een programmawijziging gebeurt zoveel mogelijk in overleg met de reizigers maar de uiteindelijke beslissing ligt bij de reisbegeleiding.

Op deze overeenkomst is de SGR-garantieregeling van toepassing. Je vindt de voorwaarden op [www.sgr.nl/garantieregeling](http://www.sgr.nl/garantieregeling). Op verzoek stuurt SGR deze voorwaarden kosteloos toe. Op deze overeenkomst is eveneens de garantieregeling van Stichting Calamiteitenfonds Reizen van toepassing. Deze voorwaarden vind je op [www.calamiteitenfonds.nl/garantieregeling](http://www.calamiteitenfonds.nl/garantieregeling). Op verzoek stuurt SCR deze voorwaarden kosteloos toe.

