

# Willkommen bei “Monterosa Treks and Expedition”

## Namaste!

Ein kleines freundliches Land mit verblüffenden Extremen, das ist Nepal. Hier findet man die höchsten Himalaya-Berge, voran den Mount Everest, und viele andere mächtige Gipfel. Aufgrund der geographischen Lage und der unterschiedlichsten Höhenlagen haben sich sehr seltene Arten in Pflanzen- und Tierwelt erhalten.

Eine kontrastreiche Kultur, verschiedenste ethnische Volksgruppen, besondere Traditionen und unschuldige, liebenswerte Menschen, das sind die kostbaren Zierden dieser Nation. So würde ein Besucher dieses Landes stolz sagen: ich bin im Paradies. Die atemberaubenden Landschaften, die schneebedeckten Gipfel, phantastische Aussichten auf die Bergpanoramas - jeder verliebt sich in diese fesselnden Schönheiten. **Monterosa Treks and Expedition** begleitet Sie bei der Entdeckung Nepals.

Wir warten auf die Gelegenheit, unsere geschätzten Gäste, Trekker, Bergsteiger, Rafting-Freunde, Flora- und Fauna-Begeisterte, Wissenschaftler und Forscher auf ihrer Reise zu unterstützen. Wir möchten Sie wissen lassen, dass Monterosa Treks and Expedition nun schon seit 13 Jahren ausgezeichnete Dienstleistungen anbieten kann. Wir freuen uns, Ihnen unsere Agentur vorstellen zu können. Seit Eröffnung unserer Firma im Jahre 1993 beschäftigen wir professionelle Bergführer für Trekking und Bergsteigen, unsere Führer sprechen Deutsch, Englisch, Japanisch, Französisch, Italienisch, Spanisch. Wir sind eine Agentur für Abenteuerreisen, Trekking und Expeditionen in Nepal, Tibet, Bhutan, Sikkim, Darjeeling und Pakistan.

### Wir organisieren:

Trekking

Klettern / Trekkinggipfel

Hochgebirgsklettern / Expeditionen

Dschungel-Safaris

Rafting

Städtetouren in Nepal

Tibet-Reisen / Mount Kailash-Tour

### Trekking im Himalaya / Nepal

Trekking ist ein Weg, das Land und seine Bewohner ohne jede Beschönigung kennenzulernen. Sie wandern durch die Dörfer, vorbei an offenen Türen, Sie können die Menschen bei ihren täglichen Arbeiten beobachten, unter Ihnen bilden sich Wolken, über Ihnen erheben sich die herrlichsten Bergspitzen. Die Eindrücke eines Trekkings können Sie niemals erleben, wenn Sie per Auto, Bus, Zug oder Flugzeug unterwegs sind. Sie können die Freundlichkeit der Menschen genießen und die Anziehungskraft der Bergwelt wahrnehmen. Sie können eins sein mit diesem Land und in Frieden mit sich selbst.

Wir organisieren Trekkings in ganz Nepal. Wir bieten Ihnen massgeschneiderte Trekkingprogramme an, ganz wie es Ihrer zur Verfügung stehenden Zeit, Ihrem Geldbeutel und Ihren Wünschen und Interessen entspricht.

### Trekkinggipfel (Nepal)

Für abenteuerlustigere Reisende gibt es 18 "kleinere" Gipfel, die von der Nepal Mountaineering Association (NMA) für alpines Klettern freigegeben sind. Diese Organisation kontrolliert durch diverse Vorschriften diese Klettertouren. Genauere Informationen und Antragsformulare für die Klettererlaubnis (Permit) erhalten Sie im Büro der NMA. Oder Sie wenden sich an eine Trekkingagentur in Kathmandu, die Mitglied der NMA ist. Beachten Sie bitte, dass für diese Trekkinggipfel Erfahrung in Schnee- und Eisklettern erforderlich ist. Unerfahrenere Bergsteiger können unterwegs an einem Training teilnehmen, bevor es dann richtig losgeht.

Das Permit können Sie nur über eine Trekkingagentur beantragen. Sie müssen einen Bergführer nehmen, ansonsten wird das Permit nicht ausgestellt. Wir vermitteln qualifizierte, erfahrene Führer, die für Ihre Sicherheit sorgen, Ihnen auf dem Trekking alle denkbaren Annehmlichkeiten verschaffen und Sie zum erstrebten Erfolg führen. Ihre Träger und Ihre Küchenmannschaft machen Ihnen alles so angenehm wie möglich. Die Trekkinggipfel sind vergleichsweise niedrigere Berge, verlangen aber teilweise Schnee- und Eisklettern-Erfahrung hohen Standards. Für die Trekkingberge zahlen Sie eine Gebühr ab 350 US\$, der exakte Preis richtet sich danach, um welchen Gipfel es sich handelt und wieviele Mitglieder die Trekkinggruppe hat.

### Hochgebirgsklettern/Expeditionen

Wir unterstützen unsere Expeditionsgruppen beim Besteigen der höchsten Berge der Welt. Sie brauchen Erfahrung und müssen für diese abenteuerliche Unternehmung sowohl mental als auch körperlich bestens vorbereitet sein. Alle Expeditionen werden selbstverständlich von professionellen Bergsteigerführern und Sherpas begleitet. Wir bieten Ihnen alle denkbaren und möglichen Erleichterungen, so dass die Expedition so einfach und bequem wie möglich für Sie sein wird. Träger und Küchenmannschaft werden dazu beitragen. Monterosa Treks and Expedition wird für Sie sorgen, so dass Sie alles geniessen können.

Wir organisieren alles und helfen Ihnen natürlich bei der Beschaffung des Permits. Die Mannschaft wird Sie bei allem unterstützen, die Sherpas werden Ihnen in den grossen Höhen zur Seite stehen. Bitte schreiben Sie uns Ihre Vorstellungen, und wir werden Ihnen detaillierte Informationen zukommen lassen und auch die voraussichtlichen Kosten mitteilen.

### Dschungel-Safari

Einer der aufregendsten Nationalparks der Welt liegt 165 Km südwestlich von Kathmandu: der Chitwan Nationalpark. Chitwan ist in Asien eine der bestens geschützten Regionen, Wälder, mit dichtem Gras bedeckte Abschnitte, Heimat einer grossartigen, seltenen Tier- und Pflanzenwelt. Unter den 14 Nationalparks und Reservaten in Nepal ist der Chitwan Nationalpark (932 km<sup>2</sup>) der für Safaris beliebteste. Mehr als 43 Tierarten treffen Sie hier an: das gefürchtete Einhorn-Nashorn, den bengalischen Tiger, Gharial-Krokodile, vierhörnige Antilopen, gestreifte Hyänen, Ganges-

Delphine und natürlich Elefanten - das sind die Hauptattraktionen. Der Park ist nicht weit von Kathmandu entfernt, kann so schnell per Bus oder Flugzeug erreicht werden. Vom Flughafen in Bharatpur sind Sie in 25 Minuten im Park, es gibt tägliche Flüge von Kathmandu nach Bharatpur. Sie können auch per Rafting zum Park gelangen. Egal, welchen Weg Sie wählen: eine Dschungel-Safari ist ein Abenteuer, an das Sie sehr lange zurückdenken werden.

Für Ihre Safari können Sie das 2 Nächte/3 Tage-Programm wählen, Sie sind in einem guten Hotel untergebracht, Sie können sich aber auch für ein einfaches Gästehaus oder für Zeltunterbringung entscheiden. Für Mahlzeiten und andere Dienstleistungen ist gesorgt.

## Rafting

Weisses Wasser-Rafting, das bedeutet in einem Schlauchboot oder Kajak einen reissenden Fluss abwärts kreuzen, über turbulente Wellen und wirbelnde Stromschnellen, eine Aufregung auf Lebenszeit. Nepal hat den Ruf als eines der besten Weissen Wasser-Rafting-Ziele der Welt. Nepals donnernde Flüsse, die alle von den Gletschern des mächtigen Himalaya kommen, versprechen unvergleichlichen Nervenkitzel. Ein Rafting wird das Highlight Ihres Aufenthalts in Nepal sein. Die Flüsse sind in Schwierigkeitsgrade von 1 bis 6 eingestuft (internationaler Standard). 1 bis 3 sind leichtere Rafting-Flüsse. 4 ist schon eine Herausforderung, ohne - auch für den Anfänger - besonders gefährlich zu sein. 5 verlangt gediegene Rafting-Erfahrung.

Der Trisuli-Fluss bietet die beliebtesten Raftings von 1 bis 3 Tagen (Grad 3+). Der Startpunkt ist nahe Kathmandu, somit leicht erreichbar. Die Strasse begleitet den Fluss, so dass auch der Gepäcktransport einfach zu bewerkstelligen ist. Besonders für Anfänger ist dieses Rafting eine aufregende Sache. Viele setzen ihre Tour nach dem Rafting mit einer Dschungel-Safari im Chitwan Nationalpark oder einem Ausflug nach Pokhara fort.

## Tibet

Willkommen in Tibet, auf dem Dach der Welt. Ein Land so reich an traditioneller Kultur, eingebettet in den Buddhismus, faszinierend durch einzigartige Landschaften. Die uralten tibetischen Mysterien verzaubern den Besucher, verursachen Erregung und Nervenkitzel.

Der erste Teil der Tour ist die Jeep-Fahrt von Kathmandu nach Lhasa, sie bietet faszinierende Aussichten auf die unglaublichen Bergformationen der höchsten Hochebene der Welt: furchterregend schöne Felsen, stürzende Wasserfälle, tiefe Schluchten, Nebelschwaden, Sie spüren die Nähe der 8000er Mount Everest (8848 m) und Shishapangma (8035 m). Der 2. Teil der Tour bringt Sie dem Shangrila von Tibet näher: Sie haben das Gefühl, Teil der einzigartigen Kultur zu sein, ein riesiger Teppich aus Legenden, Mythen, Ritualen und religiösen Festen. Und der letzte Teil der Tour bringt Sie in einer guten Stunde von Lhasa per Flugzeug zurück nach Kathmandu. Sie fliegen über den majestätischen Himalaya, atemberaubende Aussichten auf die Berggipfel, vorbei am höchsten Berg der Welt, dem Mount Everest. Sie werden diese Eindrücke lange in Ehren halten.

Besonders interessant macht diese Reise, dass Sie einmal im Leben die Gelegenheit haben, die Herrlichkeit des erhabenen Himalaya aus drei Perspektiven, von Süden, von Norden und aus der

Luft bewundern koennen. Ihre Erinnerung an Tibet wird bereichert durch die bleibenden Eindrücke von den meist verschwenderisch geschmückten Klöstern und Tempeln, von den Mönchen in safrangelben Kutten, den immer lächelnden Menschen und ihrem typischen Lebensstil, und über allem der alles überragende Himalaya.

Dies ist die richtige Überlandtour, die Ihnen die bedeutenden Teile von Tibet vorführt, das ist mehr als eine Traumreise von Abenteuer und Entdeckung. Erforschen Sie Tibet, wir haben Spezialpakete zu günstigen Preisen. Wohnen Sie in Lhasa im Hotel Yak oder einer vergleichbaren Hotelkategorie. Sie können auch in einem Gästehaus untergebracht werden, auch ausserhalb Lhasas. Alles basiert auf Übernachtung mit Frühstück, auch auf der Jeep-Fahrt nach Lhasa. Besuchen Sie Tibet mit uns, Sie werden begeistert sein.

## Bhutan

Bhutan - ein himmlischer Wohnsitz der Götter im Herzen des gewaltigen Himalaya, aber wenig bekannt, ist es doch eingezwängt zwischen riesigen Nachbarn (Indien, China) und abgeschlossen durch einige der hohen Bergketten.

Bhutan ist eines der letzten Paradiese der Welt, fesselt durch den uralten Buddhismus, seine Kultur, Künste und Architektur, im Hintergrund immer die mächtigen Berggipfel vor tiefgrünen Tälern und Hügellandschaften. Leuchtend blaue Flüsse und tiefblauer Himmel, das Weiss des Schnees über den goldbraunen Almweiden, dies alles spricht eine gelassene Sprache der Ruhe. Bhutan ist ein vollständiger Bestandteil des Buddhismus, steht für Tradition und Gebet, der Gläubige ist seinem Ziel, der Erleuchtung, näher.

Monterosa Treks and Expedition ist ein Spezialist fuer Touren und Trekkings in Bhutan, wir machen Ihren Traum wahr. Wir haben interessante, aber auch erschwingliche Reisepakete. Wir haben unterschiedliche Programme im Angebot, je nachdem, wie Ihre Interessen gelagert sind, Kultur, Geschichte, Natur, Vogelbeobachtung, Trekking, Expeditionen. Sie können in Gruppen, aber auch alleine reisen.

Bitte setzen Sie sich mit uns in Verbindung, wir machen Ihnen ein massgeschneidertes Angebot.

Monterosa Treks and Expedition (P) Ltd.

Post Box 4483, Thamel

Kathmandu, Nepal

Phone 977 1 4700348

Fax 977 1 4700556

e-mail: [monte@mos.com.np](mailto:monte@mos.com.np)

[www.monterosa-nepal.com](http://www.monterosa-nepal.com)