A man and a woman are sitting at a bar. The woman is on the left, holding a glass of beer. The man is on the right, looking towards the camera. In front of them are two bottles of Everes beer and a large glass of beer. The background is a metal mesh fence.

ABC - Die Herausforderung (19.-26.03.2010)

Kulturen, Religionen, Geschichte, Kulinarisches, Erholung... wir haben viel erlebt und gesehen in den letzten Monaten. Was fehlt? Die sportliche Herausforderung.

Wir wollen zum Annapurna Base Camp (ABC auf 4.130 m). Zu Fuß. Mit Rucksack und ohne Träger, die man hier „Porter“ nennt. Statt Bergführer soll uns eine Wanderkarte reichen.

In Kathmandu decken wir uns mit der noch fehlenden Ausrüstung ein. Hier gibt es alles, was das Trekkerherz begehrt, Originale zum Beispiel von „The North Face“ und gefälschte Originale. Wir entscheiden uns für letzteres und hoffen, dass zumindest etwas von dem stimmt, was draufsteht.

Hier treffen wir auch Veronika und Christian wieder, die ebenfalls auf Einkaufs- und Visatour sind. Die Bullis stehen nun auf dem Parkplatz einer Autowerkstatt – ein herrlicher Platz, um abends zusammen zu kochen und einige Flaschen Wein zu vernichten.

Doch dann wird's Ernst. Nach dem Frühstück verabschieden wir uns. Für die 200 km nach Pokhara brauchen wir ca. 5 Stunden. Der Bulli soll nun nochmals für ein paar Tage von Plüschhund und Maskottchen Poldi und den beiden uralten Kuschelbären Großi und Bummi bewacht werden.

Der Mann, dem der Parkplatz in Naya Pul (1.070 m), unserem Ausgangsort, gehört, will 100 NR pro Nacht. Die Nepalis wissen schon, wie man Geld verdient.

Am nächsten Morgen geht's los. Die „Eintrittskarten“ hatten wir schon in Kathmandu gekauft, aber trotzdem will man auch hier nochmals Geld. Wir wollen schließlich in einen Nationalpark.



Nach einer halben Stunde stellen wir fest, dass wir die Wanderstöcke im Auto vergessen haben. Na Super – zurück wollen wir aber auch nicht mehr. Wir haben uns für eine relativ einfache Strecke entschieden, denken wir. Immerhin ist es für uns beide die erste mehrtägige Wanderung.

Und tatsächlich: ein relativ breiter Weg führt nur leicht bergauf. Überall sind Terrassen angelegt, die bewirtschaftet werden. Doch nach 300 Höhenmetern sehen wir, was unsere nächsten Tage prägen wird: Treppen. Massive Steintreppen – mal höher und steiler, mal noch steiler, dafür uneben.

Bei nächster Gelegenheit kauft Chris einen Bambusstock – besser als nichts. Trotz viel Geschnaufe schaffen am ersten Tag deutlich mehr, als geplant. „Guesthouses“ findet man alle ca. 1,5 bis 2 Stunden. An manchen Orten gibt es viele. Die Preise sind einheitlich vorgeschrieben, die Speisekarten der Restaurants bieten alle das gleiche vorgeschriebene Angebot auch zum vorgeschriebenen Preis.



Die Restaurantpreise steigen mit der Höhe beträchtlich, die Zimmerpreise nicht.

Wir haben Glück, tolles Wetter und schon nach kurzer Zeit erhaschen wir einen Blick auf den heiligen und beeindruckenden Machapuchare (6.997 m) – auch Fischtail genannt und den Hiun Chuli (6.434 m).

Ab einer Höhe von ca. 2.000 m laufen wir durch Bambus-, Rhododendron- und Eichenwälder. Der Rhododendron blüht meist dunkelrot. Die Stämme und Äste sind mit Moos bewachsen und erinnern an Märchenwald.

Thomas leidet, weil wir von allen überholt werden, sogar von der dicken Omi aus Kanada. Chris ist einfach soooo langsam. Dadurch lernen wir aber auch Wanderer aus der ganzen Welt kennen und Thomas tröstet sich mit dem Gedanken, dass die meisten Trekker deutlich jünger sind, als wir. Außerdem treffen wir die meisten am Abend wieder, die haben halt eher Pause gehabt.



Viel Spaß haben wir mit einem jungen Chinesen, der seine Sporttasche wie einen Rucksack trägt und den Berg quasi hoch rennt. Sein Guide, der gerade von einem mehrjährigen Aufenthalt in Europa zurückkommt, kommt mit seinem europäischen Bächlein einfach nicht hinterher.

Unterwegs bewundern wir auch die Träger / Porter. Im Annapurna – Gebiet wird alles von Trägern nach oben getragen, es gibt keine Lifte oder Straßen. Zum Teil bewegen diese Träger 40 bis 60 kg in Bambuskörben, die oft nur mit einem Band an der Stirn gehalten werden. Viele dieser Träger laufen in Badeschlappen oder Gummistiefeln – auch durch die Schneefelder.

Wir haben das Gefühl, dass Thomas nach kurzer Zeit im ganzen ABC- Gebiet durch seinen „pokedari“ bekannt ist. So heißt Ziegenbart auf nepali. Die Leute fassen sich unter das Kinn und machen durchweg nette Bemerkungen ob der inzwischen stattlichen Länge. Mit eigenem Bartwuchs ist es bei den meisten nicht weit her.



Aber es geht nicht immer nur bergauf. Wir müssen durch zwei Täler und die Berge – erst hoch dann auf der anderen Seite wieder runter – und fast immer nur Treppen, aber auch durch Bäche und über wackelige Holzbrücken.

Tagsüber ist es klar und ganz schön warm, nachmittags zieht Nebel auf, der dann langsam als Wolke nach oben zieht. Im Bambuswald schnitzt Thomas weitere Stöcke.

Am vierten Tag wird es rasch kälter, die Treppen werden durch Trampelpfade ersetzt und bald überqueren wir die ersten Schneefelder.


Wir passieren zahllose Wasserfälle. Am Abend erreichen wir müde das Machhapuchhre Base Camp (MBC) auf 3.700 m.

Die Zimmer in den Gästehäusern haben schon lange keine gemauerten Wände mehr. Und so hören wir durch die Holzwände nicht nur die Stimmen unserer Nachbarn.

Abends wird unter dem Tisch, auf dem eine schwere Wolldecke liegt, ein Benzinbrenner aufgestellt.

Ruckzuck stinkt der ganze Essraum, unter dem Tisch ist es saunawarm, wir sitzen weiter mit Mütze und Jacke. Ein Fenster hat überhaupt keine Scheibe und draußen ist Frost.



A man and a woman are standing in front of a range of snow-capped mountains. The man is on the left, wearing a grey long-sleeved shirt and khaki pants, holding a green trekking pole. The woman is on the right, wearing a grey jacket over an orange shirt and khaki pants, also holding a green trekking pole. They are both smiling. The background shows a clear blue sky and several large, rugged mountains covered in snow.

Um uns herum reihen sich Annapurna I (8.091 m), Bharha Chuli (7.647 m), Annapurna South (7.219 m), Hiun Chuli (6.434 m), der eindrucksvolle Machhapuchhre (6.997 m) Annapurna III (7.555 m) und noch einige andere 7-tausender, alle zum Anfassen nah.

Die letzte Etappe bis zum ABC am nächsten Morgen ist herrlich. Die Luft ist klar, die Sicht hervorragend. Nach kurzer Zeit ist es sogar relativ warm. Wir beobachten eine Truppe beim Heli-skiing. Nicht schlecht – doch: dieses Jahr hat es hier so wenig Schnee, dass die Gruppe eigentlich nur an einem – recht kurzen – Hang fahren kann. Von Pulverschnee können die wohl nur träumen. Eingeschränktes Vergnügen für viel Geld.

Doch dann sehen wir, warum der „ABC-Trek“ zu den beliebtesten in Nepal gehört. Die Szenerie im Annapurna Base Camp, dem größten Naturtheater der Erde, gehört zu dem gewaltigsten, was der Himalaya zu bieten hat. (Zitat aus Nelles Guide „Nepal“)



Unter den Gipfeln drei oder vier schmutzigweiße Gletscher. Ein riesiges Gletscherbett lässt ahnen, wie viel hier in den letzten Jahren weggeschmolzen ist.

Aber wie jeden Tag zieht nach gut zwei Stunden der alltägliche Nebel auf und wir beginnen mit dem Rückweg.

Jetzt haben wir mehr Blick für Flora und Fauna. Wilde Orchideen auf Bäumen, tolle Blüten.

Unser Rückweg führt an den Hot Springs vorbei. Direkt am **Modi Khola** Fluss gibt es heiße Quellen, die in drei Pools Einheimischen und Wanderern gegen eine Spende zur Verfügung stehen. Im warmen Wasser verwöhnen wir unsere müden Knochen fast den ganzen Nachmittag. Thomas springt zur Abkühlung immer wieder ins eiskalte Flusswasser.

Zurück gehen wir nun direkt am **Modi Khola** Fluss entlang. Die Strecke am letzten Tag wird lang. Wie immer gehen wir mittags essen. Die letzten Tage mussten wir auf viel Obst und Gemüse verzichten und so freuen uns auf einen Tomatensalat mit Zwiebeln.



Die Restaurants im ABC- Gebiet haben wir als professionell kennen gelernt. Man spricht überall englisch, die Qualität der Gerichte ist wirklich gut. Rösti sind in manchen Restaurants besser als in der Schweiz und auch die Pizzen und Pastagerichte werden allseits gelobt.

Zu unserem Salat bestellen wir heute fried veg noodles – gebratene Nudeln mit Gemüse, ebenfalls ein Standardgericht.

Der Chef des Hauses nimmt freundlich unsere Bestellung entgegen, immerhin sind wir die einzigen Gäste. Nach einiger Zeit wird serviert: ein Krautsalat mit einigen Stückchen Tomate und auch ein paar Zwiebeln. Dazu eine Nudelsuppe – beides steht auch auf der Speisekarte.

Wir gucken verdutzt und erklären dem armen Mann, dass wir eigentlich etwas anderes bestellt hatten. Er hört sich lächelnd unsere Beschwerde an. Dann zeigt er auf die Tomatenstückchen und Zwiebeln im Salat und sagt: Tomato and Onion. Grinsend nehmen wir ihm den Salat ab.



Bei der Suppe zeigt er nun ebenfalls auf die Nudeln und sagt: „Noodles“. Geduldig erklärt ihm Thomas nun, dass wir doch gebratene Nudeln bestellt hätten, keine Suppe. Der Mann marschiert wieder in die Küche.

Nach einiger Zeit kommt er wieder – mit Zwiebelsuppe! Ich bereue, dass wir ihm die Nudelsuppe nicht abgenommen haben, denn Zwiebelsuppe wollen wir wirklich nicht. Nun kommt seine Frau und wir merken, dass beide kein englisch sprechen. Thomas hat den rettenden Einfall: er nennt die fried noodles einfach Chowmein, das hier allgemein bekannte chinesische Gericht. Nun strahlt die Frau und drückt Thomas an sich: das Gericht kennt sie.

Der Salat war wirklich gut und so versuchen wir, die Wartezeit durch einen Tomatensalat mit Zwiebeln zu verkürzen. Wir bestellen – zwischenzeitlich ist auch der ca. 12-jährige Sohn involviert – noch einen Tomatensalat. Die Frau kommt wieder – tomatosoup? Wir sind etwas verzweifelt.

Damit auch ja nichts schief geht, traut sich Thomas nun in die Küche, zeigt auf die dort liegenden Tomaten und Zwiebeln und sagt: „salat“. Nach einiger Zeit kommt unser warmes Essen – etwas anders als gewöhnlich, aber gut.

Dann kommt der „Tomatensalat“: Tomaten und Zwiebeln in Scheiben geschnitten und liebevoll auf zwei kleine Türme gestapelt.

Ohne Salz, ohne Pfeffer, ohne Dressing lassen wir uns die Tomaten schmecken.

Um die vielen Zwiebeln ebenfalls noch zu essen, bitten wir um eine extra Tomate. Wir bekommen nochmals zwei liebevoll gestaltete Tomaten- und Zwiebeltürme, geben jetzt aber auf und bitten um die Rechnung.

Wie sich der Rechnungsbetrag zusammensetzt, lassen wir uns nicht mehr im Detail erklären.

Im letzten Dorf kaufen wir uns ein Kilo Tomaten – so kommen wir heute noch zu unserem Tomatensalat.

Gegen 18.30 Uhr sind wir endlich wieder am Bulli – alles ist noch da, unsere Kuschtiermannschaft hat gut aufgepasst. Wir zahlen unsere Rechnung und suchen ein Plätzchen für Tomatensalat mit Zwiebeln und die Nacht.



Und dann? Erholen, Waschen, Großputz mit viel Spaß, guter Laune und Veronika, Christian, Mandy und Steffen in Pokhara

