

DIE MIT DEM OOOH & AAAH

REISENMIT SINNEN

REISEN MIT SINNEN
Pardon/Heider Touristik GmbH
Erfurter Straße 23
D- 44143 Dortmund
Fon 0049 (0)231 589792-0
Fax 0049 (0)231 164470
info@reisenmitsinnen.de
www.reisenmitsinnen.de
www.kapverdischeinseln.de

Nepal

Länderinformation



Inhaltsverzeichnis

Informationen zum Reiseland:	3
Politische, wirtschaftliche und soziale Situation	3
Infrastruktur und Tourismus.....	3
Geographie und ökologische Situation im Land	5
Sicherheit.....	6
Religion	6
Klima und Reisezeit	7
Erleben und Genießen:	8
Besondere Verhaltensweisen und Geschenke	8
Fotografieren	8
Einkaufen und Souvenirs.....	9
Essen und Trinken	9
Praktische Reiseinformationen:	10
Visum und sonstige Einreisebestimmungen.....	10
Gesundheit	10
Verlust von Dokumenten.....	11
Währung und Geldumtausch	12
Zeitverschiebung	12
Post und Telekommunikation.....	12
Stromspannung.....	12
Reiseliteratur.....	13
Wichtige Adressen	14
Weitere Informationen im Internet.....	15

Informationen zum Reiseland:

Politische, wirtschaftliche und soziale Situation

Nepal ist schon seit langem eine Sehnsuchtsdestination, die vor allem Wanderer, Bergsteiger und Entdecker anzieht. Sie werden eine Welt der Gegensätze und Spiritualität vorfinden und die unverfälschte Natur Nepals kennenlernen. Seit 2008 ist Nepal eine Republik mit einem demokratischen Mehrparteiensystem. Vor dieser Änderung der Regierungsform, war Nepal 240 Jahre lang eine Monarchie.

Seit dem Frühjahr 2018 befindet sich Nepal in einer Konsolidierungsphase, nachdem Parlaments- und Lokalwahlen erfolgreich durchgeführt wurden. Die politische Situation Nepals kann man als permanent instabil bezeichnen, da es jederzeit zu lokalen oder landesweiten Streiks oder Kundgebungen kommen kann.

Nepal zählt zu den zehn ärmsten Ländern der Welt. Das pro Kopf Jahreseinkommen liegt durchschnittlich bei 290 Euro. Der wichtigste Wirtschaftssektor ist die Landwirtschaft. 69% der Bevölkerung arbeiten in der Landwirtschaft und tragen somit 32% zum Bruttoinlandsprodukt bei. Seit 2004 ist Nepal ein Mitglied der Welthandelsorganisation (WTO). Die wichtigsten Ausfuhr Güter sind Teppiche, Bekleidung, Juteprodukte, Wolle und Lederwaren.

Nepal bekommt seit Mitte des 20. Jahrhundert staatliche und private Hilfen in Form von Zuschüssen und Krediten. Durch die Hilfe ausländischer Entwicklungsprogramme wird die Armut bekämpft und eine nachhaltige Entwicklung eingeleitet.

Das soziale Leben in Nepal ist sehr geprägt von Religion. Der Hinduismus ist die weitverbreitetste Religion und lässt die Menschen in Nepal sehr traditionell und konservativ leben. Frauen sind Männern weitgehend untergeordnet. Zwar regeln einige Gesetze des Landes die Gleichberechtigung zwischen Mann und Frau, doch die Realität sieht anders aus.

Die Nepalesen sind ein sehr gastfreundliches und hilfsbereites Volk und freuen sich über Touristen. Abgesehen vom wirtschaftlichen Gewinn durch Urlauber, möchten sie ihnen ihr Land näherbringen und sind stolz auf ihre Kultur.

Infrastruktur und Tourismus

Die Landwirtschaft bleibt mit Abstand die Haupteinnahmequelle des Landes, denn circa 69% der Nepalesen arbeiten und leben in diesem Wirtschaftssektor. Dennoch gewinnen Dienstleistungen immer mehr an Zuwachs. Darunter zählt auch der Tourismus.

Seit ungefähr 1980 stiegen die Touristenzahlen nahezu kontinuierlich. Auch politische Konflikte haben den Anstieg nur wenig beeinflusst. Doch 2015 kam es, bedingt durch ein schweres Erdbeben, zu einem Abschwung. Ganze Städte, Dörfer und Tempel wurden dabei zerstört. Seither wurde vieles wiederaufgebaut und die Zahlen der ankommenden Touristen steigen wieder.

Die touristische Infrastruktur in Nepal ist nur geringfügig ausgebaut. Gerade zu kleineren Dörfern oder abgelegenen Orten führen selten ausgebaute Straßen. Touristenorte dagegen sind besser angeschlossen. Die Straßenverhältnisse im Land sind sehr unterschiedlich und reichen von asphaltierten Straßen bis zu Feldwegen, die nur aus Steinen und Löchern bestehen. Bitte beachten Sie: In Nepal herrscht Linksverkehr!

Busse und Taxen sind in den größeren Städten anzufinden. So wie in vielen Entwicklungsländern, geht es in Nepal im Straßenverkehr äußerst hektisch und scheinbar ohne Regeln zu. Es kommt häufig zu langen Staus, wodurch Fahrten deutlich länger dauern können. Auf dem Land findet man in Nepal meist Vikram Tempos (dreirädrige Motorroller) und Fahrradrikschas.

Direktflüge von Deutschland nach Nepal gibt es nicht, somit ist mindestens ein Zwischenstopp einzuplanen und die Reisezeit beträgt mindestens etwa 15 Stunden. Durch das sich schnell ändernde Wetter kommt es häufig zu Flugverspätungen oder Ausfällen. Der einzige internationale Flughafen liegt in der Hauptstadt Kathmandu.

Unterkünfte, wie Hotels oder Gasthäuser sind in Nepal eher einfach gehalten. Auch hier gilt: in den touristischen Gebieten findet man durchaus mehr Auswahl und einen höheren Standard als in abgelegenen Orten.



Geographie und ökologische Situation im Land

Nepal liegt in Südasien und ist flächenmäßig, im Vergleich zu seinen Nachbarländern China und Indien, mit 147.181km² ein sehr kleines Land. Die Fläche entspricht in etwa der Fläche der Schweiz und Österreichs zusammen. Die Landschaft lässt sich in drei Zonen unterteilen. Hierbei stellt die nördlichste Zone das Himalaya Gebirge dar. Das Gebirge besteht sowohl aus Schnee und Eis als auch aus Gebirgstälern. Weiterhin liegen im Norden einige trockene Hochlandgebirge. Im Herzen des Landes ist das Mittlere Bergland – auch pahar genannt, angesiedelt. Hier sind zwei Gebirgszüge zu finden, die Mahabharat Lekh und die niedrige Chure oder auch Siwalik Hills genannt. Außerdem ist hier auch das Kathmandutal gelegen. Im Süden des Landes liegt das Terai, ein Tieflandstreifen bestehend aus Dschungel und Ackerland. Dieser Teil des Landes ist der nordindischen Gangesebene zuzuordnen.

Die Flora und Fauna in Nepal ist nicht zuletzt aufgrund ihrer Kontraste einzigartig. Auf einer Fläche von circa 60 Kilometern ändert sich das Landschaftsbild von heißem Dschungel über Regenwald und Hochland zu Gletschern und Hochgebirgswüsten. Durch die verschiedenen Höhenlagen (Täler, Terai und die Churia-Kette: bis zu 1000 Meter, Himalaya: bis zu 5000 Meter), können Sie zahlreiche unterschiedliche Tiere und Pflanzen entdecken.

Nepals Umwelt ist durch die Klimaerwärmung und der steigenden Bevölkerungszahl stark bedroht. Waldflächen schrumpfen durch Überweidung, landwirtschaftliche Kultivierung und dem Brennholzeinschlag. Durch die Klimaerwärmung schmelzen immer mehr Gletscher und auch der Himalaya ist von dieser Bedrohung betroffen. Somit steigt die Gefahr von Überschwemmungen. Ein weiteres Problem, das vor allem durch die steigenden Touristenzahlen entsteht, ist die Müllentsorgung.

Nepals Regierung ist sich der Gefahr z.T. bewusst und engagiert sich für den Umweltschutz. Seit einiger Zeit wird auf alternative Energien umgestellt und zahlreiche Umweltschutzprojekte wurden initiiert.



Sicherheit

Nepal gilt als vergleichsweise sicher. Wertsachen sollten Sie dennoch möglichst nicht mitführen und stattdessen in einem Safe im Hotel lassen. Bei großem Menschaufkommen, sind Taschendiebe meist nicht weit. Deshalb sollten Sie hier besonders achtsam sein.

Die innenpolitische Lage hat sich nach den erfolgreichen Wahlen im November 2013 stabilisiert. Gleichwohl sind Reisende in Nepal besonderen Unwägbarkeiten ausgesetzt. Demonstrationen richten sich zwar nie gegen Touristen, jedoch kann sich der Besucher den allgemeinen Auswirkungen kaum entziehen. Straßen- und Ausgangssperren oder eine eingeschränkte Versorgung können Ihre Reise beeinflussen. Die regelmäßigen „bandhs“ (Streiks) können das öffentliche Leben empfindlich stören. Durch Straßenblockaden können touristische Ziele teils nur mit Zeitverzögerungen erreicht werden.

Reisende sollten sich über die aktuelle Lage informiert halten und sich potentiellen Gefährdungen bewusstmachen.

Als Frau können Sie sich in Nepal weitestgehend ungezwungen bewegen. Bitte nehmen Sie auf jeden Fall Rücksicht auf die lokale Kultur halten Sie Schultern, Oberarme und Knie stets bedeckt. Lassen Sie abends und nachts besondere Vorsicht walten: meiden Sie dunkle Straßenzüge sowie Gruppen besonders ausgelassener und/oder betrunkenen Männer.

Im Umgang mit staatlichen Sicherheitskräften ist zu beachten, dass in Nepal teils ein anderes Rechtsverständnis besteht. Nachgiebiges Auftreten wird daher angeraten.

Beim Trekken gilt: Gehen Sie immer in Begleitung eines Trekkingteams und/oder gemeinsam mit anderen. Das Auswärtige Amt warnt ausdrücklich vor Alleinmärschen!

Detaillierte Informationen zur aktuellen Sicherheitslage im Land erfahren Sie in den Reise und Sicherheitshinweisen auf der Website des Auswertigen Amtes: <https://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/nepal-node/nepalsicherheit/221216> bzw. auf Nachfrage direkt bei uns.

Religion

Die meisten Menschen in Nepal gehören dem Hinduismus (80%) an. Hinzukommen 9% Buddhisten, 4% Muslime und 1,4% Christen.

Alle Glaubensrichtungen leben in Nepal friedlich nebeneinander.

Sprache und Verständigung



In Nepal wird eine Vielzahl von Sprachen gesprochen. Je nach Region werden Sie eine andere Sprache hören. Insgesamt gibt es mindestens 20 Sprachen mit verschiedenen Dialekten. Grundsätzlich ist Nepali die landesweit übliche Sprache. Nepali gehört zur indo-germanischen Sprache, wodurch sie auch über einigen Ecken mit dem Deutschen Sprache verwand ist. Zum Beispiel sagt man in Nepali "mero naam", was im Deutschen "mein Name" bedeutet, oder "raato", rot.

Im Umgang mit Touristen und anderen internationalen Gästen wird Englisch gesprochen. In den großen Städten des Landes ist die Kommunikation auf Englisch problemlos möglich. In abgelegenen Orten kann es dagegen schwieriger sein, englische Gesprächspartner zu finden.

Klima und Reisezeit

Die Winter in Nepal sind meist klar und stabil. In Kathmandu fällt nie Schnee und die Nachmittage sind mild. Die Vormittage hingegen sind sehr feucht und frisch. Im Frühjahr werden die Tage länger und die Temperaturen höher. Es besteht die Möglichkeit einen Vorgeschmack auf die Monsunzeit zu bekommen. In der Zeit vor dem Monsun von Mitte April bis Anfang Juni sind die Tage sehr schwül, die Regengüsse nehmen zu und es wird sehr heiß. In den Höhen sind die Temperaturen erträglicher.

Während der Monsunzeit von Mitte Juni bis Ende September (variiert um einige Wochen) sprießen die Gräser und Felder, die Luft ist sauber und es gibt viel Obst und Gemüse zu kaufen. Im Herbst ist das Wetter meist klar und trocken, die Temperaturen sind vor allem für Trekkingtouren sehr angenehm

Erleben und Genießen:

Besondere Verhaltensweisen und Geschenke

Andere Länder, andere Sitten! Dieser viel zitierte Satz hat seine Gültigkeit nicht verloren. Viele unserer Verhaltensmuster lassen sich kaum innerhalb weniger Flugstunden ändern, doch durch Offenheit, die Einhaltung der üblichen Höflichkeitsregeln und ein wenig Humor, haben wir als Reisende die Chance, nicht nur wegen der Devisen ein gern-gesehener Gast zu sein.

Toleranz, Geduld, Respekt, etwas Sensibilität und vor allem ein freundliches, "asiatisches" Lächeln gehören ins Reisegepäck. Nichts ist hier schlimmer als durch unkontrolliertes, lautes, unhöfliches Verhalten „sein Gesicht zu verlieren“. Mit gutem Willen und einem offenen Ohr für die Empfehlungen des Reiseleiters dürfte unsere Reise für Besucher und Besuchte zu einem angenehmen Erlebnis werden.

Fotografieren

Achten Sie bei der Reisevorbereitung darauf, genügend Speicherkarten bzw. Akkus mitzunehmen und diese gut zu verstauen. Vor Ort ist es schwierig, einen Ersatz zu finden.

Schwierigkeiten beim Fotografieren der einheimischen Bevölkerung gibt es kaum. Um jedoch jedes Missverständnis auszuschließen, bitten Sie am besten vorher um Erlaubnis. Im Allgemeinen wird sie gewährt und häufig wird dem Wunsch, ein Foto machen zu dürfen, mit einem herzlichen Lächeln entsprochen. Einige lehnen aus religiösen Gründen ab. Das Fotografieren von militärischen Einrichtungen und bestimmten Heiligtümern ist verboten. Auf Fotos von Elendsszenen oder spirituellen Handlungen usw. sollte verzichtet werden.



Einkaufen und Souvenirs



handgewebte tibetische Wollteppiche sowie Kunstdrucke und Postkarten aus Seidenbast-Papier.

Die Ausfuhr von Antiquitäten ist streng verboten, dies betrifft alle Kunstobjekte, die 100 Jahre oder älter sind.

Essen und Trinken

Daal bhaat tarkaari ist das beliebteste Essen der nepalesischen Küche. Übersetzt bedeutet es so viel wie Linsen, Reis, Gemüse. Es ist für viele Nepalesen das einzige Gericht, das sie in ihrem Leben zweimal täglich zu sich nehmen. Abseits der Touristengebiete bekommt man daal bhaat ständig angeboten, die Qualitäten variieren dabei sehr stark. Besonders gutes daal bhaat bekommt man in Lokalen namens Thakali. Aufwerten können Sie das Nationalgericht mit einem Mix aus verschiedenem Gemüse wie Rettich oder Tomaten, auch achhaar genannt.

Snacks wie pakauda, eine Teighülle mit frittiertem Gemüse und Bohnen-Curry gibt es an jeder Haltestelle zu kaufen. Eine weitere Speise ist dahi chiura, eine Mischung aus Joghurt und Reisflocken. Fleischgefüllte Teigtaschen namens momo sind ein beliebter Mittagssnack und werden gerne in Tomatensoße serviert.

Die Trinkwasserqualität in Nepal hat sich in den letzten 15 Jahren stark verbessert. Dennoch sollten Touristen auf gefiltertes Wasser zurückgreifen, welches in Plastikflaschen oder Kanistern verkauft wird. Achten Sie bitte darauf, dass das Wasser original verschlossen ist. Es ist sinnvoll eine 5L-Flasche im Auto oder Reisebus zu lagern und sich aus dieser nach Bedarf in eine mitgebrachte Trinkflasche umzufüllen.

Praktische Reiseinformationen:

Visum und sonstige Einreisebestimmungen

Für die Einreise benötigen Reisende mit europäischer Staatsangehörigkeit einen gültigen Reisepass und ein Visum für Nepal, das bei der Einreise an Grenzübergangsstellen nach Nepal oder am Flughafen Kathmandu erteilt wird. Die Visumsgebühr ist am Flughafen zahlbar, ebenso vorzulegen sind, neben dem Reisepass, zwei aktuelle Passfotos.

Visumsgebühren (Stand Juli 2019):

- 15 Tage mit mehrmaliger Einreise - 30 US-Dollar
- 30 Tage mit mehrmaliger Einreise - 50 US-Dollar
- 90 Tage mit mehrmaliger Einreise - 125 US-Dollar

Der Reisepass muss noch 6 Monate über das Rückreisedatum hinaus gültig sein. Visa-gebühren können auch in EUR oder anderen konvertiblen Währungen bezahlt werden, die von der Bank am Flughafen zum Dollar-Tageskurs umgerechnet werden. Reisende sollten direkt nach Erteilung prüfen, ob das Visum tatsächlich den gewünschten Zeitraum umfasst.

Alternativ ist es auch möglich das Visum vor der Reise postalisch bei den Auslandsvertretungen zu beantragen. Weitere Informationen in englischer Sprache finden Sie hier: <https://de.nepalembassy.gov.np/visa/>

Besondere Impfungen sind für Nepal aktuell nicht vorgeschrieben. Bitte beachten Sie, dass jeder Reisende grundsätzlich für die Einhaltung der Einreisebestimmungen selbst verantwortlich ist.

Gesundheit

Es sind für Nepal keine Impfungen vorgeschrieben. Empfohlen wird von den Tropeninstituten eine Impfung gegen Tetanus, Polio und Hepatitis A. Zu prüfen ist deshalb, ob Ihr Tetanusimpfschutz (alle 10 Jahre) noch ausreichend ist, ebenso Ihr Diphtherie- und Polioimpfschutz. Bitte lassen Sie sich von Ihrem Hausarzt oder Tropeninstitut über für Sie eventuell sinnvolle Impfungen/Auffrischungen und Prophylaxemaßnahmen beraten.

Wir meinen, und dabei sprechen wir aus Erfahrung, dass bei den anstehenden Impfungen nicht übertrieben werden sollte.

Im Süden und in ländlichen Gebieten, vor allem an der Grenze zu Indien, besteht ein Malariarisiko. Größere Städte wie Kathmandu und auch Nord-Nepal sind malariefrei.

Die beste Malaria-Prophylaxe ist ein entsprechendes Verhalten in Risikogebieten. Besondere Vorsichtsmaßnahmen sind vor allem zum Sonnenuntergang und abends nötig. Empfehlenswert ist eine Haut bedeckende, luftige und helle Kleidung. Für die restlichen Hautpartien sollte mit etwas Anti-Moskito-Mittel (Salbe, Spray, Roller) vorgesorgt werden. Für einen ruhigen Schlaf sorgen das altbewährte Moskitonetz oder in Asien erhältliche "Moskitospiralen". In einigen Hotels sind über den Betten Netze installiert.

Zusätzlich informieren Sie sich bitte bei Ihrem Hausarzt über weitere Prophylaxemaßnahmen.

Vorsicht bei frischem Wasser, Salaten, Gemüse und Obst! Lassen Sie sich von Ihrem Reiseleiter beraten, welche Nahrungsmittel Sie unbedenklich verzehren können. Gegen Durchfall sollten Sie ein Medikament mitbringen, um sich nicht auf diese höchst lästige Art die Reise zu verderben. Auch ein Mückenschutz –beispielsweise Autan oder Nordic Summer– sollte in Ihrer Reiseapotheke auf jeden Fall dabei sein.

Verlust von Dokumenten

Nehmen Sie eine Fotokopie Ihres Reisepasses und der Flugtickets mit. Bei Verlust der Reisedokumente ist es dann leichter, Ersatz zu beschaffen. Bewahren Sie diese Kopien in Ihrem Gepäck, getrennt von den Originalen, auf.

Bei Verlust Ihrer Mobilfunk-, EC- oder Kreditkarte können Sie diese unter der folgenden Telefonnummer sperren lassen: +49 116 116 und +49 30 4050 4050 (Detaillierte Informationen unter www.sperr-notruf.de).



Währung und Geldumtausch

Die Währung in Nepal ist die Nepalesische Rupie. Der Wechselkurs zum Euro beträgt aktuell ca. 1 € = 125,3 Nepalesische Rupie (Stand Oktober 2019).

Idealerweise sollten Sie eine Kreditkarte mitnehmen, da das Geldabheben am Automaten mit der Maestro-Karte nur in größeren Städten möglich ist. Mit einer Kreditkarte können Sie an nahezu allen Geldautomaten problemlos abheben und sind im Schadensfall versichert.

Da die Münzen oft zurückgehalten werden, versuchen Sie möglichst viele kleine Scheine für Einkäufe oder Taxifahrten bereitzuhalten. Größere Geldmengen sollten nicht offen gezeigt werden.

Zusätzlich sollten Sie sich eine Bargeldreserve in Euro mitnehmen, um für alle Eventualitäten gerüstet zu sein.

Zeitverschiebung

Nepal ist uns in der Winterzeit 4 $\frac{3}{4}$ bzw. in der Sommerzeit 3 $\frac{3}{4}$ Stunden voraus. 12 Uhr mittags in Deutschland bedeutet also 16.45 Uhr oder 15.45 Uhr in Kathmandu.

Post und Telekommunikation

Eine Karte nach Europa zu verschicken, dauert mindestens 10 Tage. Briefe und Päckchen gehen meistens verloren.

Ländervorwahl aus Deutschland: 00977

Handys aus deutschen Netzen funktionieren in den großen Städten und in weiten Teilen des Terai (Gangestiefebene) recht gut. In den Bergen ist der Empfang eher schlecht bis nicht vorhanden. Es empfiehlt sich eine örtliche SIM-Karte zu kaufen um Kosten zu sparen.

Internetcafés sind weit verbreitet. Auch in kleineren Provinzstädten gibt es öffentlichen Internetzugang, der aber um einiges langsamer ist als in den Städten Kathmandu und Pokhara.

Stromspannung

Die Stromspannung in Nepal beträgt 230V. Deutschen Stecker passen in Nepal nicht. Es wird dazu geraten einen Adapter mitzunehmen. Im Land kann es häufig zu Stromausfällen kommen, eine kleine Taschenlampe ist daher für die Abende sinnvoll.

Reiseliteratur

- Butler, South, Stables: Stefan Loose Reiseführer Nepal, 4. Aufl. LOOSE (2018)
- Ray Hartung: Reiseführer Nepal, 4. Aufl., Trescher-Verlag (2016)
- Milda Drüke: Rot: Menschen in Kathmandu, 1. Aufl., HOFFMANN UND CAMPE VERLAG (2010)
- Martin Zingg: Lesereise Nepal: Im Land der stillen Helden (Picus Lesereisen), 1. Aufl., Picus Verlag (2016)
- Pál Nagyiván: Am Pipalbaum werden wir uns wiedersehen: Sechs Erzählungen über Begegnungen in Nepal, 1. Aufl., Verlag Neue Literatur (2005)
- Peter Hinze: The Great Himalaya Trail: 1864 Kilometer Trailrunning durch eine bedrohte Welt in Nepal, 1. Aufl., Knesebek (2018)



Wichtige Adressen

Botschaft Nepal in Deutschland:

Guerickestraße 27

10587 Berlin

Tel.: 030343599-20,-21,-22

neberlin@tonline.de

www.nepalembassy-germany.de

Botschaft Nepal in Österreich:

Honorargeneralkonsulat

Akaziengasse 30, 1230 Wien

Tel: 01 288 00 100

E-Mail: consulat@nepal.at

Deutsche Botschaft in der Schweiz:

Rue de la Servette 81, 1202 Genf

Tel: 022 733 26 00

Email: mission.nepal@bluewin.ch

Deutsche Botschaft in Nepal:

Gyaneshwar Marga 690, Kathmandu

Telefon: (00977) 1 441 2786 und (00977) 1 441 6527

Email: info@kathmandu.diplo.de, www.kathmandu.diplo.de

Mo-Fr 09.00 - 17.00 Uhr

Österreichische Botschaft in Nepal:

Honorarkonsulat

22 Manakamana Marg, Nagpokhari, Naxal

Kathmandu

Tel: (00977)1 44 34 648 // Fax: (00977)1 44 34 515

Email: autconktm@wlink.com.np

Mo-Fr 09.00 – 17.00

Schweizer Botschaft in Nepal

Jwalakhel, Ekanta Kuna, SDC-Compoud,

Lalipur, Kathmandu

Tel: (00977)1 554 92 25 // Fax: (00997)1 554 92 24

Email: kat.vertretung@eda.admin.ch, www.eda.admin.ch/kathmandu

[Mo-Fr 09.00 – 17.00](#)

Weitere Informationen im Internet

- Allgemeines: <https://de.nepalembassy.gov.np/>
<https://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/nepal-node>
<http://www.allesuebernepal.com>
<https://www.tourismus.de/asien/nepal/>
- Nachrichten: <https://thehimalayantimes.com/>
<http://kathmandupost.ekantipur.com/>
- Gesundheit: www.fit-for-travel.de
www.crm.de
www.die-reisemedizin.de
www.rki.de
- Wechselkurse: <https://www.oanda.com/lang/de/currency/converter/>



REISEN MIT SINNEN

Pardon/Heider Touristik GmbH
Erfurter Straße 23
D- 44143 Dortmund

Unsere Website
Kapverden-Wander-Erlebnisreisen

Fon 0049 (0)231 589792-0
Fax 0049 (0)231 164470
info@reisenmitsinnen.de

www.reisenmitsinnen.de
www.kapverdischeinseln.de

Sie erreichen uns montags bis freitags
sowie samstags

08.00 - 19.00 Uhr
10.00 - 13.00 Uhr

Das Team Asien erreichen Sie direkt:

0049 (0)231 589792-30
asien@reisenmitsinnen.de

Aktueller Stand: Dezember 2019

Diese Broschüre wurde auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.