

Nepal

Allgemeine Reiseinformationen

Wir danken Ihnen für Ihr Interesse bzw. Ihre Anmeldung zu einer Reise nach Nepal und freuen uns, dass Sie sich für eine Reise von Kneissl Touristik entschieden haben.

Fläche:	147.516 km ²
Einwohner:	29,2 Millionen (2021)
Bevölkerungsdichte:	197,9 Einw. pro km ²
Hauptstadt:	Kathmandu
Staatsform:	Parlamentarische Bundesrepublik
Staatsoberhaupt:	Staatspräsident Ram Chandra Paudel
Sprachen:	Nepali
Telefonvorwahl:	+977



EINREISEFORMALITÄTEN

Österreichische und deutsche Staatsbürger benötigen für die Einreise nach Nepal einen **gültigen Reisepass**, der **bei Einreise noch mindestens 6 Monate gültig** sein muss, sowie ein **nepalesisches Visum**, das am Flughafen Kathmandu erteilt wird.

Ihr Reisepass muss mindestens noch **zwei freie Seiten** zur Verfügung haben.

Zur Erlangung des Visum-on-arrival benötigen Sie 2 Passbilder sowie USD 30,- in Bar. Das für das Visum-on-arrival benötigte ausgefüllte Formular erhalten Sie von uns wenige Tage vor Reisebeginn zugesandt.

Ihren Reisepass mit Visum müssen Sie bitte ständig bei sich tragen (nicht im Koffer verstauen).

Bürger anderer Staatsangehörigkeit ersuchen wir, sich beim zuständigen Außenministerium selbst über die aktuellen Einreisebestimmungen zu informieren!

PASSDATEN

Für die Fahrten durch Nepal sind Passlisten unbedingt notwendig. Wir ersuchen Sie daher höflich, uns Ihre Passdaten mittels beiliegendem Formular **umgehend** mitzuteilen, jedoch spätestens bis 6 Wochen vor Abreise.

DIPLOMATISCHE VERTRETUNGEN

Österr. Honorarkonsulat in Nepal:

22, Manakamana Marg,
Nagpokhari, Naxal, Kathmandu
Tel.: (+977/1) 4534 690 216
autconktm@gmail.com

Botschaft der Republik Nepal:

Schwindgasse 5/1/6
A-1040 Wien
Tel.: (+43/1) 235 02 75 01
mission@nepalmission.at
<http://at.nepalembassy.gov.np/>

Deutsche Botschaft in Nepal:

Gyaneshwor Marg 690,
Gyaneshwor, Kathmandu
Tel.: (+977/1) 421 72 00
info@kathmandu.diplo.de
<http://www.kathmandu.diplo.de>

Botschaft der Republik Nepal in Deutschland:

Guerickestraße 27
D-10587 Berlin-Charlottenburg
Tel.: (+49/30) 3435 9920
Fax: (+49/30) 3435 9906
berlin@nepalembassy.de

ZOLL

Die Einfuhr der Landeswährung ist verboten, von Fremdwährung unbegrenzt erlaubt (mit Ausnahme von indischen Geldscheinen mit einem höheren Nominalwert als 100,- Indischen Rupees), jedoch deklarationspflichtig. Es empfiehlt sich die Mitnahme von US-Dollar in bar.

Die Ausfuhr der Landeswährung ist verboten, von Fremdwährung bis zum bei der Einreise deklarierten Betrag erlaubt. Das Reisegepäck muss vollständig wiederausgeführt werden. Die Ausfuhr von Kunstgegenständen ist nur beschränkt erlaubt.

Nähere Auskünfte finden Sie auch im Travel Centre der IATA: <https://www.iatatravelcentre.com/NP-Nepal-customs-currency-airport-tax-regulations-summary.htm>

Die angeführten Mengen und Beträge sind unverbindliche Richtangaben, rechtsverbindliche Informationen kann nur die Vertretungsbehörde dieses Landes erteilen.

Bitte beachten Sie bei der Einreise nach Österreich die geltenden Einfuhrbestimmungen! Nähere Informationen dazu finden Sie auf:

<https://www.bmf.gv.at/themen/zoll.html>

IMPFUNGEN UND GESUNDHEITSVORSORGE

Impfungen sind keine vorgeschrieben (außer bei der Einreise über ein Gelbfieber-Infektionsgebiet), doch empfiehlt Ihnen Ihr Arzt event./wahrscheinlich folgende Vorbeugungsmaßnahmen:

- * Typhus-Paratyphus-Prophylaxe
- * Hepatitis A/B-Vorsorge
- * Cholera-Impfung
- * Polio und Tetanuschutz
- * ev. Malaria Prophylaxe (oder Stand-by)

Bitte kontaktieren Sie Ihren Hausarzt, das Gesundheitsamt oder ein Tropenmedizinisches Institut.

Informationen über Reiseimpfungen erhalten Sie auch auf der Homepage des Bundesministeriums für Gesundheit:

<https://www.gesundheit.gv.at/leben/gesundheitsvorsorge/auf-reisen/impfschutz-auf-reisen.html>

Vorsichtsmaßnahmen:

Auf die Einhaltung normaler Hygienemaßnahmen wie häufiges Händewaschen ist besonders zu achten.

- KEIN ungekochtes Wasser trinken
- KEIN rohes Gemüse, KEINE Salate und KEIN ungeschältes Obst essen
- ACHTUNG: Das Leitungswasser ist nicht trinkbar!

PERSÖNLICHE REISEAPOTHEKE

- * alle Medikamente, die Sie auch zu Hause regelmäßig benötigen
- * Mittel gegen fiebrige Erkältungskrankheiten
- * Fieberthermometer
- * Desinfektionsmittel für die Hände (max. 100 ml im Handgepäck, größere Flaschen im Fluggepäck)
- * Schmerzmittel
- * Pflaster
- * elastische Binden und Desinfektionsmittel für kleinere Verletzungen
- * Tabletten gegen Durchfall und Verstopfung
- * kreislaufunterstützendes Mittel
- * kühlendes Gel bei Mückenstichen
- * Malaria-Prophylaxe

Es besteht kein Sozialversicherungsabkommen mit Österreich. Der Abschluss einer Zusatzversicherung für den Krankheitsfall und Krankentransport wird dringend empfohlen.

FLUG

Wir buchen Linienflüge mit Qatar Airways über Doha nach Kathmandu und retour.

Die genauen Flugzeiten erhalten Sie gemeinsam mit Ihren endgültigen Reiseunterlagen ca. 1 Woche vor Abreise.

Für die Buchung Ihres Fluges benötigen wir bitte Ihren **vollständigen Namen exakt lt. Reisepass**. Bitte kontrollieren Sie diesen sofort nach Erhalt der Buchungsbestätigung. Etwaige Änderungen bei der Fluglinie sind kostenpflichtig!

SITZPLATZRESERVIERUNG

Bei Qatar können Sie Ihren Sitzplatz im Rahmen des Online-Check-ins (ab 48 Stunden vor Abflug) vorreservieren.

FLUGGEPÄCK

Bitte beachten Sie, dass Ihr Fluggepäck bei den Langstreckenflügen auf **maximal 1 Gepäckstück** mit **max. 25 kg** und einer Maximaldimension (Länge + Breite + Höhe) von 158 cm beschränkt ist. Ist Ihr Gepäck schwerer als erlaubt oder größer als 158 cm, werden Zusatzgebühren verrechnet.

Beim Inlandsflug ist Ihr Fluggepäck auf **maximal 1 Gepäckstück** mit **max. 20 kg** begrenzt.

HANDGEPÄCK

Zusätzlich zu Ihrem Fluggepäck dürfen Sie **1 Stück Handgepäck** mit den **maximalen Ausmaßen von 55 x 40 x 23 cm** an Bord nehmen. Duty-free-Einkäufe sind davon nicht betroffen. Die **Gewichtsbegrenzung** für das Handgepäck liegt bei **7 kg**. Größere und/oder schwerere Gepäckstücke werden vom Check-in Personal eingecheckt.

Es wird **empfohlen**, Wertgegenstände, Medikamente sowie verderbliche oder zerbrechliche Gegenstände im Handgepäck zu befördern.

Was darf **nicht** ins Handgepäck

Taschenmesser, Scheren, Nagelfeilen, Messer und spitze/waffenähnliche Gegenstände werden bei Sicherheitskontrollen abgenommen und sind nicht mehr zurückzubekommen.

Flüssigkeiten, Getränke oder vergleichbare Produkte in ähnlicher Konsistenz (z.B. Gels, Sprays, Shampoos, Lipgloss, Lotionen, Cremes, Zahnpasta) dürfen nur in **Behältern bis 100 ml** in einem **durchsichtigen und wieder verschließbaren Plastikbeutel** mit max. 1 L Fassungsvermögen mitgenommen werden!

TRANSPORT/SITZPLATZ

Während der Rundreise sind Sie mit einem nepalesischen Reisebus oder Kleinbus mit Aircondition unterwegs. Bitte vergleichen Sie den Standard dieser Fahrzeuge nicht mit unseren Verhältnissen – diese entsprechen nicht mitteleuropäischem Niveau.

Die Sitzplätze werden bereits bei Buchung bekannt gegeben und gelten für die gesamte Reisedauer. Die Sitzplätze BCD befinden sich in Fahrtrichtung von links nach rechts. Je früher Sie buchen, desto weiter vorne kann Ihr Sitzplatz im Bus reserviert werden.

Bei Kleingruppen oder Fahrten mit Geländewagen werden die Sitzplätze täglich nach dem Rotationsprinzip gewechselt. In diesem Fall sind die bei der Buchung angegebenen Sitzplätze ungültig!

Im Bus / in den Fahrzeugen darf nicht geraucht werden.
Bitte lassen Sie kein Geld oder Wertsachen unbeaufsichtigt im Fahrzeug, denn auch tagsüber kann es zu Einbruchdiebstählen kommen. Weder unser Partnerbetrieb, unsere Versicherung noch Ihre Reiseversicherung haften für Diebstähle von Geld und Wertgegenständen, die im Fahrzeug zurückgelassen werden (wie Handy, Kamera, Tablet, etc..)

VERSICHERUNG

Bitte beachten Sie, dass in unseren Pauschalpreisen keine Versicherung inkludiert ist. Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reiseversicherung der Europäischen Versicherung (siehe Katalog).

ACHTUNG: Falls Sie kurzfristig noch eine Versicherung abschließen wollen, tritt der Stornoschutz erst 10 Tage nach Abschluss der Versicherung in Kraft.

WÄHRUNG

Die Währungseinheit Nepals ist die Rupie (Nr, NPR):

1 Rupie = 100 Paise
100 NPR = ca. € 0,69 (Stand: Jänner 2024)
1 € = ca. NPR 144,93 (Stand: Jänner 2024)

Wir empfehlen Ihnen die Mitnahme von Euro und/oder US-Dollar in bar sowie eventuell Travellerschecks (aus Sicherheitsgründen). Kreditkarten werden nur in größeren Hotels und Touristengeschäften akzeptiert.

Bitte beachten Sie, dass es sein kann, dass nicht überall während der Reise Dollarnoten als Zahlungsmittel akzeptiert werden. Der Umtausch darf nur bei Banken oder offiziellen Wechselstuben erfolgen, ist aber auch im Hotel möglich. Bitte verlangen Sie beim Wechseln immer die Umtauschquittung, die Sie bitte sorgfältig aufbewahren, da sonst ein Rückwechsel nicht möglich ist.

Taschengeld benötigen Sie für Getränke, Souvenirs, Ansichtskarten, eventuelle zusätzliche Besichtigungen/Eintritte, Trinkgelder (z.B. Busfahrer, Reiseleiter) und für nicht inkludierte Mahlzeiten.

Trinkgelder und Gepäckträgergebühren sind in unserem Pauschalpreis nicht inkludiert! Das Trinkgeld ist aber für viele Menschen ein wesentlicher, unverzichtbarer Bestandteil ihres Einkommens. Ungefähr kann man von USD 2,- bis 4,- pro Person und Tag, sowohl für den Fahrer als auch den/die örtlichen Reiseleiter/Guides ausgehen. Die Höhe des Trinkgeldes bleibt aber letztendlich Ihnen überlassen.

Betteln: Experten bitten darum, bettelnden Kindern grundsätzlich nichts zu geben, auch keine Stifte, Süßigkeiten o.ä.! Damit wird nur eine neue Generation von Bettlern ohne Zukunftsperspektive herangezogen. ‚Traditionelle‘ Bettler sitzen meistens vor den Heiligtümern.

Wichtig: Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass einzelne Leistungen, die nicht in Anspruch genommen werden, nicht rückerstattet werden können.

KLIMA

In Nepal gibt es durch die tropischen Temperaturen im Tiefland und den ewigen Schnee auf den hohen Berggipfeln extreme Gegensätze. Das Klima wird auch wesentlich durch den Sommermonsun geprägt, der zwischen Juni und September den Großteil der Niederschläge mit sich bringt. Die Vor- bzw. Nachmonsunzeit, vor allem die Monate März und April sowie Oktober und November sind ideal für Hochtouren. In dieser Zeit regnet es sehr selten, die Tage sind relativ warm, die Nächte kühl bis kalt. Im Frühjahr ist die Sicht nicht ganz so gut wie im Herbst - am Nachmittag ist es oft dunstig oder bewölkt, aber nun blüht alles. Rote Rhododendronblüten vor weißleuchtenden Firnhängen - ein für diese Jahreszeit charakteristisches Bild. Im Schnitt ist es im Frühjahr in den Bergregionen um etwa 5°C wärmer als im Herbst. Das Kathmandu Tal, das 1350 m hoch liegt, besitzt ein relativ ausgeglichenes Klima.

Klima-Tabelle für Kathmandu:

obere Zeile: durchschnittliche Höchsttemperatur
untere Zeile: durchschnittliche Mindesttemperatur

<u>Jän.</u>	<u>Feb.</u>	<u>März</u>	<u>April</u>	<u>Juli</u>	<u>Okt.</u>	<u>Nov.</u>	<u>Dez.</u>
18°C	19°C	25°C	28°C	29°C	27°C	13°C	19°C
2°C	4°C	7°C	12°C	21°C	13°C	7°C	4°C

AUSRÜSTUNGSEMPFEHLUNGEN

* gültiger Reisepass (noch mind. 6 Monate nach Ausreise gültig und 2 leere Seiten)

- * Ausdruck des elektronischen Flugtickets
- * Zahlungsmittel (Bargeld, Maestro/Bankomat- und/oder Kreditkarte mit PIN-Code)
- * Fotokopien der wichtigsten Dokumente (getrennt von den Originalen aufbewahren)
- * E-Card
- * Versicherungspolizze
- * strapazierfähige (auch warme) Kleidung aus Baumwolle oder anderen Naturfasern (wenn möglich in dezenten Farbtönen - Farben wie rot, gelb, weiß sind besonders für die Wildbeobachtung nicht zu empfehlen)
- * wetterfeste Jacke, warmer Pullover (kalte Nächte!)
- * Regenkleidung
- * bequeme Sportschuhe, gute feste Schuhe
- * eventuell Wanderstöcke
- * Übersocken für den Besuch von Tempeln (Boden eventuell verschmutzt)
- * unbedingt Kopfbedeckung/Sonnenhut, Sonnenbrille
- * Sonnenschutzmittel, Lippenchutz, eventuell Feuchtigkeitcreme
- * Insektenschutzmittel
- * kleiner Tagesrucksack
- * Fotoapparat, Filmkamera
- * genügend Speichermedien, da es in manchen Regionen eventuell schwierig ist, geeignetes Material nachzukaufen
- * Reservebatterien, Ladegerät, Adapter
- * eventuell Taschenlampe mit Reservebatterien
- * Taschentücher, Erfrischungstücher
- * Notizblock und Schreibzeug, Nähzeug
- * 1 Liter Wasserflasche
- * Ladekabel für Handy bzw. Digital-Kamera
- * wenn vorhanden: Reiseführer, Landkarte

Bitte beachten Sie, dass es in der Nacht abkühlen wird. Ihre Kleidung sollte daher nicht nur praktisch, sondern für die Abende/Nächte auch warm sein!

Verwenden Sie bitte einen stabilen, strapazierfähigen Koffer (möglichst keinen teuren Lederkoffer). Für Kofferschäden wird nicht gehaftet. In unserem (im Katalog) empfohlenen Versicherungspaket ist auch eine Reisegepäckversicherung inkludiert.

Anmerkung: Das Heritage Hotel Kantipur Temple House in Kathmandu verfügt über keine Heizung, auch in einigen anderen Hotels wird nicht geheizt. Teilweise bekommen Sie Wärmeflaschen oder eine elektrische Heizdecke zur Verfügung gestellt. Bitte nehmen Sie warme Schlafkleidung und dicke Socken mit!

NETZSPANNUNG

Die wichtigsten Städte in Nepal sind elektrifiziert. Die Stromspannung, die oft etwas schwankt, beträgt 220 V, 50

Hz. Reisenden wird empfohlen, die Stromspannung zu überprüfen, bevor sie irgendein elektrisches Gerät benutzen. Die Steckdosenformen variieren ebenfalls, so dass es ratsam ist, einen Satz von Adaptersteckern mitzunehmen, der in den meisten Elektrogeschäften zu haben ist.

ZEITUNTERSCHIED

Der Zeitunterschied zwischen Österreich und Nepal beträgt im Winter 4 $\frac{3}{4}$ Stunden, während der Sommerzeit 3 $\frac{3}{4}$ Stunden.

	Winterzeit	Sommerzeit
Österreich/Deutschland	12.00 Uhr	12.00 Uhr
Kathmandu	16.45 Uhr	15.45 Uhr

SICHERHEITSHINWEISE

Kapitalverbrechen sind selten in Nepal, doch nehmen Taschendiebstähle mehr und mehr zu, speziell in Städten, wo sehr reiche und sehr arme Leute eng an eng beieinander wohnen. Achten Sie daher immer auf Ihre Wertgegenstände, greifen Sie nicht mitten unter vielen Menschen zu Ihrer Geldbörse oder lassen Sie nicht sehen, wie viel drinnen ist. Tragen Sie immer Geld und Pass bei sich - so abgelegt kann kein Gebiet sein, dass sich diese Vorsichtsmaßnahmen nicht als nützlich erweisen sollten. Taschen und Wertgegenstände sollten immer fest in der Hand gehalten werden, besser verwenden Sie unter Ihrem Hemd/Bluse ein Brusttäschchen.

Einige Tipps: Deponieren Sie wenn möglich alle Ihre Wertsachen im Hotelsafe. Lassen Sie keine Wertsachen im Hotelzimmer offen liegen. Bummeln Sie nach Einbruch der Dunkelheit nicht allein durch die Straßen. Treten Sie in armen Vierteln nicht als wohlhabender Tourist auf. Lassen Sie Ihr Gepäck in der Empfangshalle des Hotels nicht unbeaufsichtigt.

SPRACHE

Die Nationalsprache ist Nepali. Es wird in der Devanagari-Schrift geschrieben. Die Bevölkerung setzt sich aus zahlreichen Sprachgruppen zusammen. Es werden ca. 12 Sprachen und 30 Dialekte gesprochen. Englisch ist die Sprache der Elite, des Handels und Tourismus - in den Touristenzentren kommt man mit Englisch überall durch.

ESSEN UND TRINKEN

Trotz der jahrhundertlangen Isolation und einer großen Auswahl an Obst und Gemüse ist es Nepal nicht gelungen, eine eigenständige Küche zu entwickeln. Eine Ausnahme stellt nur die Newari-Küche dar, die sehr vollendet und schmackhaft sein kann, aber hauptsächlich nur privat angeboten wird. Nepalesische Gerichte sind bestenfalls Variationen von regionalen indischen Küchen. Grundnahrung in den meisten Gebieten ist der Reis. Normalerweise wird er gekocht gegessen, dazu wird Daal

(Linsensoße) gereicht, auch Gemüse, das mit ein paar Gewürzen abgeschmeckt wurde (mit Ingwer, Chilis, Knoblauch), sowie - vor allem, wenn Feste sind - viel Fleisch.

Die Menschen in den Bergen essen Tsampa, Getreide, das gemahlen und mit Milch, Tee oder Wasser vermischt, manchmal auch trocken verzehrt wird. Jedermann zugänglich sind Ziegen- und Büffel Fleisch, sowie Hühnchen und in den Bergen Yakfleisch. Rindfleisch allerdings ist im Hindu-Königreich verboten.

Nepalesen lieben Süßigkeiten und scharfes Knabbergebäck wie Jelebis und Laddus. Es wird in vielen verschiedenen Formen und Verpackungen angeboten, die Geschmacksvielfalt ist sehr groß. Aus dem Tiefland kommt das Obst auf den Markt, das durch die Transportkosten jedoch nicht ganz billig ist.

Die Restaurants in Kathmandu haben sich in den vergangenen Jahren sehr gebessert. Für unsere Verhältnisse sind sie oft sehr preiswert. Man findet indische, chinesische und tibetische, ja, sogar japanische Küche; ebenso eine große Auswahl an westlichen Gerichten. Die großen internationalen Hotels haben jeweils zwei oder drei Restaurants, von denen einige sehr gut sind.

Das Nationalgetränk Tee wird kochend heiß in Gläsern serviert. Oben in den Bergen wird er mit Salz und Butter versetzt und im Butterfass auf tibetische Art zubereitet. Ein anderes beliebtes Getränk ist Chang, ein starkes Bier, das aus fermentiertem Getreide (Gerste, Mais, Reis, Weizen, Hirse) gewonnen wird. Beliebt ist auch der Rakshi, ein starker Schnaps aus Getreide. Coca-Cola wird in Kathmandu abgefüllt, ebenso Lemu (ein Limonen-Sprudel), Fanta Orange, Tonic- und Sodawasser. In Restaurants wird gutes nepalesisches Bier angeboten. Ein sehr guter Qualitätsrum, Khukri, wird ebenfalls hergestellt.

Die Tischsitten in Nepal unterscheiden sich erheblich von den Ihnen gewohnten. In typischen, traditionellen Häusern finden Sie keine Messer, Gabeln und Löffel auf Ihrem Esstisch. Zum Essen benutzen die Nepalesen die rechte Hand, was jedoch nicht bedeutet, dass der Gast nicht Messer, Gabel und Löffel benutzen darf.

Speisen, die von einem benutzten Messer, Löffel oder von den Fingern oder Lippen eines anderen berührt worden sind, werden als ‚Dschutho‘ betrachtet, was so viel wie verunreinigt bedeutet. Es würde eine schwere Beleidigung beinhalten, wenn solche Speisen einer Person angeboten würden. Ebenfalls das Geschirr, welches solche Speisen beinhaltet, darf nicht ungewaschen wiedernutzt werden.

FOTOGRAFIEREN

Da Filme und Speichermedien in Nepal sehr teuer und ohnehin nur in Kathmandu erhältlich sind, sollten Sie

ihren gesamten Vorrat mitbringen. Fotografieren ist fast überall erlaubt. Verboten ist es auf Flughäfen, militärischen Anlagen und bei bestimmten Heiligtümern. Beim Fotografieren von Personen sollte man sich eine gewisse Zurückhaltung auferlegen oder ein Teleobjektiv verwenden. Menschen sollten bitte nie ohne ihr Einverständnis fotografiert werden.

RELIGION

Hinduismus und Buddhismus bilden die beiden Hauptreligionen des Landes. Hindus (89,5%) und Buddhisten (5,3%) leben freundschaftlich zusammen, verehren gemeinsam ihre jeweiligen Götter und feiern Feste beider Religionen. zB.: Die hinduistische Jungfrau Göttin Kumari wird von einem buddhistischen Clan ausgewählt. Ein bezeichnender Zug Nepals ist die herrschende religiöse Homogenität, die insbesondere zwischen Hindus und Buddhisten besteht. Die Menschen sind außerordentlich religiös und befolgen die traditionellen Riten und Bräuche, die für beide Religionen verbindlich sind. Nach Hindus und Buddhisten stellen Moslems (2,7%) die 3. größte Religionsgruppe in Nepal, gefolgt von Jains (0,1%), Christen und anderen (0,023%).

Die gediegene Architektur und kunstvolle Ornamentik der nepalesischen Pagoden mit steinernen und bronzenen Götterstatuen von großer Schönheit und oft hohem Alter bilden ein unverwechselbares Charakteristikum des Landes.

WEITERE INFORMATIONEN

Nähere Informationen zu Nepal finden Sie unter anderem unter:

<https://www.bmeia.gv.at/reise-services/reiseinformation/land/nepal>

Wir hoffen, damit alle offenen Fragen geklärt zu haben. Sollte es dennoch Fragen geben, zögern Sie nicht, uns anzurufen. Wir stehen Ihnen jederzeit gerne für Auskünfte zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Kneissl Touristik Team

