

Die Annapurnarunde mit Mountainbikes



Auf dem Thorong La (5416 m), dem höchsten Punkt der Annapurnarunde



Das Fahren auf den Hängebrücken macht besonders viel Spaß



Die Mountainbikes sind eine Attraktion für die Kinder

Text & Fotos: Walter und Christine Treibel

Die Annapurnarunde ist – neben dem Everest-Gebiet – nach wie vor die klassische Trekkingtour in Nepal. Fast alle Trekker steigen das wunderschöne Marsiyangdital hinauf und erreichen nach dem 5400 m hohen Passübergang das Kali-Gandaki-Tal zwischen den Achteausendern Annapurna und Dhaulagiri, die tiefste Schlucht der Erde. Früher war diese Runde ausdauernden Bergsteigern vorbehalten, die mit Zelten und einer großen Trägerschar ungefähr drei Wochen ab Pokhara unterwegs waren. Heute ist vieles einfacher geworden: Ein Zelt ist nicht mehr nötig, da es überall gute Lodges gibt. Auch die Verpflegung ist kein Problem – das Essen ist abwechslungsreich, schmackhaft und günstig. Und man braucht nur noch die Hälfte der Zeit: Eine neue Straße führt in das Marsiyangdital hinein und spart gleich am Anfang einige Trekkingtage. Nach dem Passübergang kann man ab Muktinath ein Taxi oder den Bus benutzen, denn mittlerweile führt auch durch das ganze Kali-Gandaki-Tal eine Straße. Den Hauptort Jomsom erreicht man etwa nach zehn Tagen und kann von hier aus sogar nach Pokhara zurückfliegen.

Bereits 1984 habe ich versucht, diese Tour nach einer Gipfelbesteigung im Annapurna-Sanctuary selbstorganisiert nur zu zweit mit Zelt und einem Träger durchzuführen. Nach einem heftigen Wintereinbruch mussten wir dieses Vorhaben allerdings im oberen Kali-Gandaki-Tal aufgeben. Kurzfristig haben wir uns nun zu Ostern

2011 entschlossen, diese Tour endlich doch noch durchzuführen. Diesmal aber nicht mehr zu Fuß, sondern mit dem Mountainbike! Ich hatte bereits 1984 Mountainbiker in der Kali-Gandaki-Schlucht getroffen und sie für völlig verrückt gehalten. Zu Recht, denn damals gab es ja noch keine Straßen, und diese Enthusiasten mussten sehr viel mehr schieben, als sie fahren konnten. Die Räder waren damals auch ohne jede Federung und das Ganze ein echtes „Hardcore-Unternehmen“. Heute dagegen gibt es sogar eine eigene Karte für Mountainbiker.

Auch in entlegenen Himalaya-Tälern schreitet die Erschließung mit Straßen unaufhaltsam voran

Da wir nur zweieinhalb Wochen Zeit haben, wird vorher alles genau geplant, und wir absolvieren sogar ein Höhenttraining zur Vorbereitung. Über einen Monat trainieren wir zweimal die Woche in einer Höhenkammer abwechselnd auf einem Laufband und einem Fahrrad. Eine Woche vor Abflug bauen wir sogar noch ein Höhenzelt in unserem Bett auf und können uns so schon mal im Schlaf bis auf 4000 Meter Höhe steigern. Allerdings ist das Einpumpen der Luft ganz schön laut, und die anschließenden ruhigen Nächte in Nepal sind schon allein deshalb die reinste Erholung!

Der Flug mit den zwei verpackten Rädern verläuft problemlos. Nach nur einer Nacht in Kathmandu geht es mit einem Geländewagen ins Marsiyangdital. Die steile Schotterpiste führt inzwischen bis Chamji in 1400 m Höhe. Ab hier wird das Tal sehr eng, steil und felsig. Es wird zwar fleißig an einer neuen Straße weiter bis nach Manang gebaut, aber bis zur Fertigstellung wird es noch ein paar Jahre dauern – so schwierig ist das Gelände. Man kann es den Einheimischen nicht verdenken, wenn sie auch einen Straßenanschluss wollen, anstatt jedes Mal mehrere Tage zum Einkaufen unterwegs zu sein.

Nach der ersten Nacht in Chamji schwingen wir uns endlich auf unsere Räder, allerdings müssen wir gleich auf der ersten Etappe so viel schieben und tragen, dass wir ziemlich ins Schwitzen geraten. Mit dabei ist Sanza, unser Träger vom letzten Jahr, der für uns einen Rucksack mit Zusatzkleidung, Schlafsäcken sowie etwas Tagesverpflegung und Reserveausrüstung trägt. Er ist meist schneller als wir – selbst wenn wir meinen, jetzt haben wir einmal einen großen Vorsprung aufgrund toller Singletrails herausgeholt, dauert es nicht lange, bis er uns wieder eingeholt hat.

Unterwegs übernachten wir in einfachen Lodges, die durchweg leckeres Essen anbieten. Selbst auf 4900 m Höhe gibt es noch eine reichhaltige Speisekarte, aus der man auswählen kann. Die Preise sind so günstig, dass wir für Übernachtung und Verpflegung pro

Tag nicht viel mehr als 30 Euro ausgeben müssen – wohlgemerkt für uns beide! Wir sind froh, dass wir unsere leichten Daunenschlafsäcke dabei haben – nicht nur aus hygienischen Gründen, sondern weil sie auch viel gemütlicher und wärmer sind als die vorhandenen Decken und weil es mit steigender Höhe natürlich auch immer kälter wird. Innerhalb von wenigen Tagen

Die Annapurnarunde bietet mehr Komfort als früher, sie ist aber immer noch eine ernsthafte Unternehmung

kommen wir durch mehrere Klimazonen, von subtropisch bis hochalpin. Unseren höchsten Schlafplatz auf 4900 m erreichen wir am Ostersonntag; auf den Toiletten (ein Loch im Boden) ist das Wasser in den Spüleimern gefroren.

Weiter oben wird das Tal deutlich flacher, und wir können zu unserem großen Erstaunen sehr viel mehr mit unseren Rädern auf schönen Singletrails fahren. Wow – damit hatten wir gar nicht gerechnet! Je höher wir kommen, umso stärker spüren wir jedoch auch, wie sich die Reaktionen verlangsamten. Man muss sich beim Fahren wirklich sehr konzentrieren, und wir passen unser Fahrttempo den Gegebenheiten an. Trotzdem haben wir oft schon am frühen Nachmittag unser Tagesziel erreicht, können uns ausruhen und das ►



Kilometerlange, flache Singletrails in 4000 m Höhe



Nepalesisches Mädchen



Landschaft im oberen Kali-Gandaki-Tal



Rast auf 5200 m Höhe

jeweilige Dorf anschauen. In Manang, dem Hauptort des Tales in 3500 m Höhe, legen wir noch einen Akklimatisierungstag ein und wandern zu einer Eremitage, Praken Gompa, auf 4000 m Höhe. Hier bietet sich uns bei bestem Wetter ein herrlicher Blick auf die östliche Annapurnaregion mit den Siebentausendern Annapurna II und IV. Die anderen Trekker sind bei unserem Anblick zu Beginn der Runde erstaunt bis belustigt, und die meisten erklären uns auch für verrückt. Wie kann man sich mit Rädern hierher verirren? Auf den späteren Wegen und schmalen Trails schlägt das Ganze in leichten Neid um. Da wir uns viel Zeit nehmen, um Land und Leute zu sehen, und weil wir zum Fotografieren oder Filmen und auch für manche Tragestrecke länger brauchen als die Trekker, begegnen wir immer wieder denselben Leuten. Auf der ganzen Route treffen wir zwar viele Trekker, aber keinen einzigen Biker!

Auch die Einheimischen, die z. T. sogar selbst einfache Mountainbikes besitzen, staunen, wenn wir mit unseren voll gefederten Rädern samt Scheibenbremsen auftauchen. Sie nehmen eingehende Untersuchungen vor, beraten fachmännisch, und unser Träger Sanza ist sichtlich stolz, unser „Porterguide“ zu sein. Wenn es auch schon organisierte Touren für Mountainbiker gibt, scheinen sie auf der Annapurna-Runde immer noch die große Ausnahme zu sein. So mancher darf mal auf einem unserer Räder eine Runde Probe fahren. Auch für Kinder sind wir eine große Attraktion, und in mehreren Orten ist schnell eine ganze Kinderschar dabei, die Räder zu untersuchen und – soweit wir das zulassen – auch zu besteigen.

Von Manang aus geht es immer höher hinauf, ab 4400 m können wir nur noch schieben. Von der höchsten Lodge in 4900 m starten wir dann zum Passübergang über den Thorong La auf 5416 m. Es ist Ostermontag, wir erleben einen überwältigenden Sonnenaufgang über den Siebentausendern. Bis zum Pass geht es über weite

Schneefelder, aber wir sind nicht allein. Über 40 Trekker ziehen mit uns an diesem Tag über den Pass. Wir treffen alle möglichen Leute – von der deutschen Frau, die mit einem Führer und Träger allein unterwegs ist, über Leute, die sich mit dem Pferd auf den Pass tragen lassen, bis zu „Profitrekkern“ und größeren Gruppen. Das Schieben geht problemlos, nur bei steilen Aufstiegen wird es mit der Luft schon mal knapp. Unterwegs gibt es noch mal ein Teehaus, und auch auf dem Pass selbst bietet eine kleine Raststation heiße Getränke.

Hier öffnet sich der Blick auf das Kali-Gandaki-Tal und das östliche Dolpo. Auf der anderen Seite des Passes hört der Schnee sehr bald auf, allerdings müssen wir im Geröll zunächst noch einige hundert Meter hinunterschieben, bis wir dann endlich unsere Mountainbikes voll ausnützen können – jetzt aber haben wir im Kali-Gandaki-Tal über hundert Kilometer Fahrt ohne einen Meter Asphalt vor uns! Die nächsten drei Tage geht es also meist abwärts, aber dennoch oft mühevoll weiter: Zum Teil haben wir starken Gegenwind, viel Staub und zum Schluss in subtropischen Höhenlagen auch große Hitze zu ertragen. Der Wind ist teilweise so stark, dass

Christine selbst beim Abwärtsfahren treten muss, um nicht stehen-zubleiben. Unser Träger Sanza fährt ab dem hinduistischen Heiligtum Muktinath mit dem Geländetaxi und Bussen weiter und sucht uns beim nächsten Treffpunkt schon eine Lodge zum Übernachten. Das Kali-Gandaki-Tal hat seit einiger Zeit eine durchgehende Straßenverbindung, die allerdings im Monsun mehrfach unterbrochen sein kann. Aufwärts ist sie z. T. recht steil und vom Untergrund her ziemlich schwierig zu befahren, abwärts macht sie dafür allerdings umso mehr Spaß. Nur einmal stürzte ich, als ich beim Filmen einhändig fahre und auf einer Wellblechpiste im Staub lande! Ab Jomsom treffen wir gar keine Touristen mehr, und der Autoverkehr hält sich zum Glück sehr in Grenzen. Wir probieren sogar noch

zwei Teilstrecken der alten Trekkingroute auf der anderen Talseite, müssen dabei aber sehr viel schieben.

Im tiefer gelegenen Dorf Tatopani gibt es heiße Quellen, und wir tauchen ein in die warmen Bäder. Vor drei Tagen noch bei Minusgraden in die Daunenschlafsäcke gewickelt, schlafen wir heute ohne Decken. Das Wetter ist wunderbar und wir genießen noch einmal die Geräusche, Gerüche, das Unterwegs-Sein, die exotische Atmosphäre – die wahre Quelle der Reiselust! Nach insgesamt elf Tagen erreichen wir in Beni auf 900 m Höhe unseren Endpunkt. Der vorher telefonisch geordnete Geländewagen bringt uns wieder nach Kathmandu zurück, wo wir die Zivilisation und das Aus-

schlafen genießen. Wir sind wieder einmal rundum zufrieden und stolz auf unsere gelungene Tour: ein echtes Offroad-Abenteuer und eine der größten und interessantesten Mountainbike-Routen der Welt! ◀

Mehr Infos und Fotos zur Annapurnarunde mit MTB unter www.treibel-bergmed.de



Walter Treibel (56), Vorsitzender der Sektion Oberland, ist nach wie vor aktiv in den Bergen der Welt unterwegs. Nach Expeditionen und Klettern (z. B. Nose am El Capitan, siehe alpinwelt 1/2010) hat er sich zuletzt auf Mountainbiken und Trekking konzentriert.

Ein Blick, ein Preis, ein Wort*

BLACK DIAMOND ASPECT
~~€ 499,95~~ JETZT: € 299,00*
 NUR VOM 28.02.2012 – 06.03.2012
 (*GILT IM STADTGEBIET MÜNCHEN IM AKTIONS-ZEITRAUM)

*NEU IM BASECAMP:
 TOPAKTUELLE MARKEN-
 PRODUKTE MIT DER
 BESTPREIS-GARANTIE*



UND UNSERE BESTBERATUNG GIBT'S
 WIE IMMER KOSTENLOS MIT DAZU.

*ALLE DETAILS AUF DEM PRODUKT-
 LABEL ODER AUF WWW.BASECAMP.DE

DER GIPFEL AN GUTER AUSTRÜSTUNG |
 IMPLERSTR. ECKE GAISSACHER
 | 81371 MÜNCHEN-SENDLING |
 TELEFON 089 76 47 59 | PARKPLÄTZE
 VOR DEM HAUS | WWW.BASECAMP.DE

Basecamp