

**PRESETEXT****NEPAL****Mit Kathmandu, Annapurna, Mount Everest und den schönsten Trekkingrouten**

Nepal ist ein Land der Superlative: Neben dem Mount Everest, dem höchsten Berg der Erde, befinden sich weitere sieben 8000er im Norden des Landes. Gerade einmal 200 Kilometer trennen die Berggiganten des Himalaya vom Flachland des Terai mit subtropischem Klima. Der Reiseführer ›Nepal‹, in vierter, aktualisierter Auflage im Berliner Trescher Verlag erschienen, beschreibt alle Regionen Nepals, die wichtigsten Städte und Nationalparks. Dabei werden die Folgen der schweren Erdbeben im Frühjahr 2015 berücksichtigt. In den betroffenen Regionen sind mittlerweile alle Trekkingrouten sicher begehbar, Tempel und Lodges werden oder sind bereits wieder aufgebaut.

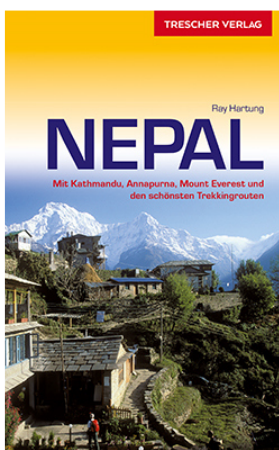
Besonders sehenswert sind die alten Königsstädte Kathmandu, Patan und Bhaktapur. Ein beliebtes Ziel und Ausgangspunkt vieler Trekkingrouten ist das schön gelegene Pokhara am Phewa-See. Die meisten Urlauber zieht es aber in die Berge. In den ›Hügeln‹ in der Mitte des Landes lassen sich phantastische Wanderungen unternehmen, mit atemberaubenden Ausblicken auf die Himalaya-Gipfel. Beliebte Routen führen durch das Annapurna- und Everest-Gebiet. Im östlichen Kanchen-junga-Massiv oder im fernen Westen gibt es viele Routen, auf denen man kaum anderen Touristen begegnen wird. Im Reiseführer werden 41 bekannte und weniger bekannte Trekkingrouten mit Angaben zu Längen, Schwierigkeitsgraden und Versorgungsmöglichkeiten beschrieben.

Mehr als 60 Völker leben in Nepal, ebenso vielfältig sind Traditionen und religiöse Bräuche, Bauwerke und Tempel verschiedener Kulturen. Auf mehr als 100 Seiten werden die Menschen, die Kultur und die Geschichte des Landes beschrieben.

Autor des 466 Seiten umfassenden Reiseführers ist Ray Hartung, der seit vielen Jahren Reisen in das Bergland am Himalaya durchführt und das Land kennt wie nur wenige Andere. Als erfahrener Bergführer gibt der Autor in einem Kapitel zu Trekking, Trekkinggebieten und zum Bergsteigen im Allgemeinen unverzichtbare Informationen zur Planung und Durchführung eines Treks. So bietet das Buch eine umfassende Gesamtsicht des Landes und ist allen zu empfehlen, die sich für den Himalaya interessieren und einen verlässlichen Reiseführer brauchen.

TRESCHER VERLAG GMBH  
Reinhardtstraße 9  
10117 Berlin  
Tel +49 (30) 283 24 96  
Fax +49 (30) 281 59 94  
presse@trescher-verlag.de  
www.trescher-verlag.de

Verkehrs-Nr. 10 274  
Mitglied im Börsenverein des  
Deutschen Buchhandels e.V.



Ray Hartung

**NEPAL**

Mit Kathmandu, Annapurna, Mount Everest  
und den schönsten Trekkingrouten

Trescher Verlag Berlin; 4., aktualisierte Auflage 2018,  
466 Seiten, 251 Fotos und historische Abbildungen, komplett in Farbe,  
43 Stadtpläne und Übersichtskarten, farbige Klappkarten  
ISBN 978-3-89794-412-1  
21,95 Euro

Informationen und Onlineshop: [www.trescher-verlag.de](http://www.trescher-verlag.de)