

# Am Fischschwanz ist die Tour zu Ende

Erst Hippies, dann Hiker. Nun Biker? Mit dem Fahrrad von Kathmandu nach Pokhara durch Nepals Hinterland. Von Folkert Lenz

Meine Waden sind hart wie Stahl“, sagt Pramod Shrestha. Das hat einen einfachen Grund: Seit zwanzig Jahren tritt der Mittvierziger für seinen Traum in die Pedale. Er will, dass mehr Menschen in Nepal vom Radtourismus leben können. Wochenlang ist er in dieser Mission auf zwei Rädern unterwegs: an den fünftausend Meter hohen Pässen des Annapurna-Gebirges, auf der Tausend-Kilometer-Strecke vom tibetischen Lhasa nach Kathman-

ersten seiner sechzehn Schäfchen. Als dann auch noch einer der Radler in ein Loch am Straßenrand stürzt, ändert er kurzerhand den Plan: „Aus Kathmandu raus geht es huckepack mit dem Bus.“

Am nächsten Mittag auf den Kakani-Höhen oberhalb der Stadt: Die Fahrräder werden abgeladen. Kein Geheue, kein Geknatter mehr. Stattdessen rauschen die Blätter an den Bäumen im Wind, irgendwo üben ein paar Grillen das Zirpen. Zweihundertfünfzig Kilometer stehen uns in den kommenden anderthalb Wochen bevor. Zweihundertfünfzig Kilometer bis nach Pokhara, der drittgrößten Stadt des Landes. Die Route führt geradewegs nach Westen, durch die sogenannten „Hügel“, die ausgewachsene Berge sind und nur deshalb so heißen – und wirken –, weil sich hinter ihnen die Achtausendergiganten des Himalajas aufreihen. An manchen Tagen führt die Strecke bis auf achtzehnhundert Meter hinauf durch die Flusstäler von Trishuli oder Budhi Gadhaki. Bergradeln eben.

Jeder der staubigen Rücken stellt eine Barriere für die Biker dar, die sich durch das straßenlose Gebiet kämpfen. Dafür lernen wir das grüne Nepal kennen. Im Gegensatz zu den Trekking-Gebieten weiter oben gibt es hier nicht nur Steine, Eis und dünne Luft, sondern Wälder, Plantagen, wunderschöne Wiesen, bunte Blumen und viele Wasserläufe.

Stundenlang rollen wir zunächst zwischen Reisterrassen dahin. Trittspuren der Bauern weisen den Weg durch die menschengemachten Stufenplantagen. Kilometer um Kilometer schlängelt sich der Pfad die gewaltige Bergflanke zum Thade-Fluss hinunter. Als „genussvollen Downhill auf Singletrails“ werden wir nachher die Etappe im Biker-Slang charakterisieren. Und wie könnte man es besser beschreiben?

Abendessen im Messzelt. Das kleine Camp für die Nacht steht auf einem abgerenteten Getreidefeld. Der nahe Fluss ist Badewanne und Trinkwasserquelle zu-



Hin und wieder ein Gebet kann auch beim Radfahren nicht schaden. Schon gar nicht in unwegsamem Gelände.

Foto Folkert Lenz

gleich. Pensionen, Lodges? Fehlanzeige! Touristen kommen nicht in diese Region. „Noch nicht“, kontert Pramod Shrestha. Er führt immer häufiger Gruppen von Radlern in den abgelegenen Landstrich, in dem nur Bauern leben, und zwar von dem, was die Erde ihnen gibt: Kartoffeln, Reis oder Hirse. Wir kaufen ihnen die Zutaten für unser Essen ab. Statt Proviantpaketen gibt es Mittagstopps in einem der wenigen Dörfer. Schnell zaubert eine der Frauen in ihrem Laden dann eine Brühe, ein Suppen oder eine Portion scharfes Gemüse. Nach dem verheerenden Erdbeben im Frühjahr 2015, das hier zu besonders schweren Verwüstungen geführt hatte, nähert sich das Leben wieder dem Normalzustand. Touristische Infrastruktur hatte es auch vorher keine gegeben. Damals war heute ist das Zweirad fast die einzige Möglichkeit für Besucher, hier mit einigermaßen Tempo voranzukommen.

Es geht über Karrenwege und durch Jeep-Spuren. In ewigem Auf und Ab folgt die Route einem historischen Handelsweg. Heutzutage werden Waren von Lastern nach Pokhara gebracht. Mühsam genug ist das auf der neuen, aber schlechten Straße, die sich hinter den Bergen versteckt. Doch

früher musste alles durch die Hügel geschleppt werden: auf Ochs, auf Muli oder traditionell auf dem Rücken der Menschen. Nun quälen sich dort die Sportler auf ihren Tourenmaschinen. Doch wo die Westler in der Hitze stöhnen, über lose Steine in der Spur schimpfen oder in den Algenwärtigen Staub spucken, da ist Pramod ganz in seinem Element.

Sein Training fordert uns gehörigen Respekt ab. Zu Hause läuft er sieben Kilometer, noch bevor die Sonne aufgeht, anschließend fährt er im wärmenden Morgenlicht sechzig Kilometer mit dem Rad. Jeden Tag. Das ganze Jahr. Sagt er. So rauscht Pramod fast schon beschwingt stets vorneweg.

Für die Europäer ist das Terrain ungewohnt. Ein bisschen wie in den Dolomiten, aber sehr viel härter. Der Schotter in den Spuren macht vor allem bei den Abfahrten zu schaffen. Kurze Passagen sind mit Katzenköpfen gepflastert, rutschigen, runden Steinen. In manchen Serpentinien sorgt Sand dafür, dass Radler stürzen, weil sie zu hart bremsen. Die Pisten sind für Muli gedacht und vielleicht auch für Geländewagen. Teer findet man in Nepals Hinterland so gut wie nirgends. Eigentlich ja ein Traum für Mountainbiker.

Und dann natürlich die Begegnungen mit den Einheimischen. Man könnte meinen, sie nähmen es als persönliches Kompliment, wie sehr wir uns abmühen, um ihr Land zu besuchen. Ihr Leben in dieser archaisch anmutenden Welt freilich ist noch härter. In den Flussebenen wird gerade das Getreide geschnitten. Meterhoch schichten die Frauen das Heu zu Schobern auf. Alte Männer scheuchen Ochsen im Kreis, die mit den Hufen die Körner von den Halmen trennen. Eine Arbeit wie bei uns vor Jahrhunderten.

Nach einigen Tagen haben wir Gorkha erreicht. Die alte Königsstadt und in gewisser Weise die Keimzelle des Himalajastates. Hier lebte im achtzehnten Jahrhundert Prithvi Narayan Shah. Und egal, ob man ihn als Eroberer oder als Unionisten ansieht: Er formte aus sechshundert Fünftentürmen das Land. Noch heute bezeichnen sich viele Nepalesen als Gorkhali, erzählt Pramod Shrestha, während er die endlosen Treppen zum Wahrzeichen der Stadt hinaufsteigt. Tausende Stufen bis zum Palast hoch droben. Der Aufstieg raubt uns den Atem.

Noch bis ins vorige Jahr schützte eine dicke Festungsmauer die wichtigen Ziegelge-

bäude mit den dunkelroten Pagodendächern. Doch seit dem Erdbeben sind überall breite Risse zu sehen, manche Abschnitte der Mauer sind abgebröckelt. Über die Palastzinnen reckt sich der goldene Shiva-Dreizack, Symbol des Hindu-Gottes, denn der Bau ist Festung, Palast und Tempel zugleich. Schrilles Glockengeläut und der dumpfe Ton von Handtrommeln liegt über der Szenerie. Im kleinen Kalika-Schrein, der zu dem Ensemble gehört, arbeitet sich ein Brahmanen-Priester lautstark an einer Zeremonie ab. Schamanenhaft wirkt sein Auftritt. Doch wer als Nicht-Hindu das Ritual beobachten will, bekommt es schnell mit den Wachleuten zu tun. Eindrücklich machen diese klar: zuschauen verboten! Auch wenn manch Gläubiger aus Gorkha sich sorgen mag, ob er das Beten in der erdbebengeschüttelten Anlage unbeschadet übersteht: Die Anziehungskraft des Tempels hat die Katastrophe überdauert.

Während der Weiterfahrt auf dem Rad ändert sich die Landschaft. Nahe Kathmandu fiel der Blick auf die schneebedeckten Gipfel der Ganesh- und Langtang-Gebirge. Darunter breitete sich das grelle Grün der Reisterrassen und das Ocker des Sandbodens aus. Später folgten Buschlandschaften und kleine Haine. Dann schillerte am Horizont das Weiß der mehr als achtausend Meter hohen Eisriesen Manaslu und Annapurna. Nicht nur die Strecke, auch der Anblick sorgt für Atemknappheit. Die Route aber wird immer heftiger, folgt nicht mehr den Flussläufen, sondern über Höhenrücken, glitschigen Steigen in den Wäldern, Drahtseilbrücken über eine Klamme und geht auf sandigen Pisten die Hänge hinunter.

Offizielle Zahlen zum Bergradeln in Nepal gibt es nicht. Es werden immer mehr. Aber das Radeln wird wohl eine Nische bleiben, selbst wenn sich Pramod Shrestha weiter abstrampelt. Jetzt tritt er wieder hart in die Pedale und kämpft sich, uns voraus, einen steilen Steig oberhalb von Pokhara hinauf. In der Ferne taucht ein Gipfel auf, der aussieht wie ein Wal, der mit der Flosse winkt: der Machapuchare – der „Fischschwanzberg“. Er markiert das Ende des Nepal-Cross. Noch ein Blick hinunter ins Tal, von wo die silbrig-glänzende Fläche des Phewa-Sees heraufleuchtet. Dann hüpfen die grobstolligen Reifen ein letztes Mal über die schmalen Lehmwege. Der Kulturschock folgt wenig später: Pokhara schreckt mit Asphalt, Schlaglöchern und Verkehrschaos.

Information: Die Himalaja-Panoramatur von Kathmandu nach Pokhara bietet Hauser-Exkursionen (Spiegelstraße 9, 81241 München, Tel.: 089 / 23 50 06, www.hauser-exkursionen.de) im Herbst zu verschiedenen Terminen an. Sie dauert fünfzehn Tage und kostet einschließlich Flug, Übernachtungen und Vollverpflegung ab 2990 Euro.



du oder im schwül-feuchten Terai-Tiefland ganz im Süden Nepals.

Jetzt aber steht er mit einer Gruppe an einer belebten Kreuzung in Kathmandu und versucht, die nervöse Schar österreichischer und deutscher Mountainbiker im abendlichen Verkehrschaos zusammenzufassen. Ein aussichtsloses Unterfangen. Wenn das Bergland das Paradies für ambitionierte Radler sein soll, dann ist Kathmandu die Hölle. Rufspeiende Busse, röhrende Laster und ätzende Lasten-Dreiräder ringen mit hupenden Geländewagen, flinken Taxis, rücksichtslos drängelnden Minibussen und Myriaden von knatternden Mopeds um die Vorherrschaft auf den überfüllten Straßen. Radfahrer müssen sich in der Verkehrshierarchie ganz unten einordnen. Doch selbst das will geübt sein. Im Getümmel verliert Pramod schnell die

<b>Bayern</b>	<b>Nordsee</b>	<b>Italien</b>	<b>Portugal</b>	<b>Schwarzwald</b>
<p><b>Bay, Wald – Gasthof-Pension „Weghof“ Böbrach b. Bodenmais</b>  NEU: Massage u. Kosmetik <b>7 Tage HP ab 245 €</b> p.P. im DZ. DU/WC/TV, Frühstücksbuffet, Menüwahl, Infrarot-Wärmekabine, Sauna, Solarium, Whirlpool, gef. Wanderung, beh. Freibad (Halle), Fitnessraum; FeWo ab 22.- €  Info: Josef Denk - Weghof 1 - 94255 Böbrach bei Bodenmais - Tel. 09923/410 - Fax 09923/3729  www.weghof.de - E-Mail: info@weghof.de</p>	<p><b>Kellum/Syllt</b>, Traumwohn. dir. am Meer, herrl. Blick, exkl. Ausst., ruhig, Hunde erf., zu jeder Jahreszeit.  Tel. 0173/318787 <a href="http://www.syllt-watthaus.de">www.syllt-watthaus.de</a></p>	<p><b>Der Recherchedienst der F.A.Z.:</b>  <a href="http://www.faz.net/archiv">www.faz.net/archiv</a></p>	<p><b>ComerSee Sommerangebote %</b>  Urlaubsdomizile mit Charme  www.comersee24.com  081 78/9 97 87 87</p>	<p><b>Carvoeiro-Algave</b>, wunderschöne Ferienvilla, 6 Pers., von privat, 600 m zum Strand, 170m² Wfl., 1.700 m² Grdst. gr. Pool, Hausmädchen, frei ab 21.08.  ☎061 05/4 11 69 www.casa-ingos.de</p>

**Werbewirkung braucht Qualität!**  
Mehr unter [www.faz.media](http://www.faz.media)

**Ostsee**

**STRANDHOTEL RUGARD**  
Salzwasserpool + SPA 3000m²  
3 Panoramarestaurants 5.+6. Etage mit perfektem Blick über die Ostsee

**2x U / Gour. Fr. Buffet ab 178 p.P./DZ**  
**NEU: Golf & Relax Arrangement**  
**5x Übern. / Langschläferfrühstück, Abendschlemmerbuffet, Begr.-Cocktail**

**Strandurlaub**  
8. 7. – 28. 8. ab 534 p.P./DZ  
28. 8. – 4. 9. ab 489 p.P./DZ

**Goldener Herbst**  
4. 9. – 28. 9. ab 464 p.P./DZ  
28. 9. – 23. 10. ab 434 p.P./DZ  
**Kids 6 – 16 J. U/HP ab 25 pro Tag**

**Zertifikat: EXCELLENT**  
**Stortebeker Festspiele 18.6. – 3.9.**

**Rugards Gourmet mit 1 Michelin Stern**  
**Vorschau: Gourmet zum Kennenlernen**  
jeden Sa. 19:00 Uhr, 4-Gang Menü 49 p.P.  
Sa. 20.8. Varieté mit 5-Gang Menü 69 p.P.  
Sa. 22.10. Negresco 5-Gang Michelin Menü 159 p.P.  
So. 18.12. Adventskonzert mit 5-Gang Menü 64 p.P.

**Fahrradverleih im Hotel!**  
**inklusive** Gymnastik und Rückenschule, Kinder- und Jugendtreff! **WLAN + SKY TV**  
Weitere attraktive Arrangements unter:  
Hotel Arkona Dr. Hutter e.K.  
Strandpromenade 62, **Binz** / Rügen  
[www.rugard-strandhotel.de](http://www.rugard-strandhotel.de)  
**reservierung@rugard-strandhotel.de**  
Telefon: 038393 - 550

**Qualität, Glaubwürdigkeit, Renommee: Frankfurter Allgemeine.**

Frankfurter Allgemeine  
**MEDIA SOLUTIONS**

## Verschiedene Reiseziele im Ausland

**WINTER-PARADIESE**  
MIT IHRER SCHÖNSTEN YACHT DER WELT  
**MS EUROPA**

Höchste Auszeichnung laut Berlitz Cruise Guide 2016:  
5-Sterne-plus • 285 Crewmitglieder verwöhnen max.  
400 Gäste • Stilvoller Wellnessbereich und Fitnessloft mit  
Meerblick sorgen für unvergessliche Urlaubserinnerungen

**Von Kapstadt nach Mauritius**  
20.11. – 20.11.2016, 18 Tage  
Reise Nr. EUR1623, p. P. **ab € 9.670**  
in einer Garantie-Außensuite der Kat. 0\*,  
Seereise inkl. An- & Abreisepaket (Doppelbelegung).

**Von Mauritius nach Mumbai (Bombay)**  
18.11. – 08.12.2016, 20 Tage  
Reise Nr. EUR1624, p. P. **ab € 12.880**  
in einer Veranda Suite der Kat. 4,  
Seereise inkl. An- & Abreisepaket (Doppelbelegung).

**Persönliche Beratung und Buchung**

Hapag-Lloyd Reisebüro  
TUI Deutschland GmbH  
Waltzstr. 2-4  
22607 Hamburg  
Tel.: 040/8 97 12 33  
E-Mail: [Hamburg10@hapag-lloyd-reisebuero.de](mailto:Hamburg10@hapag-lloyd-reisebuero.de)  
Ansprechpartnerin: Karen Fieber

€ 200  
Genießerpaket für  
Getränke p. P. bei  
Buchung in diesem  
Reisebüro!

\* Sie bezahlen lediglich den aufgeführten Garantiepreis zur Doppelnutzung pro Person. Die Unterbringung erfolgt je nach Verfügbarkeit in einer Suite der Kategorie 1 – 6.

Hapag-Lloyd Kreuzfahrten GmbH • Ballindamm 25 • 20095 Homburg  
[www.hl-cruises.de](http://www.hl-cruises.de) [f/hl.cruises](https://www.facebook.com/hl.cruises)

**HAPAG LLOYD**  
CRUISES

**ROBINSON®**  
Zeit für Gefühle

**SUMMER SALE**

**BIS ZU € 600\* SPAREN!**

World of TUI

**Jetzt schnell buchen. Und ab sofort entspannt bis Oktober verreisen.**

<p><b>CLUB SARIGERME PARK</b>  SARIGERME - TÜRKIE  z.B. 1 Woche, im DZ,  All-Inclusive made by ROBINSON,  inkl. Flug, pro Person</p> <p><b>ab € 781**</b></p>	<p><b>CLUB PAMFILYA</b>  SIDE - TÜRKIE  z.B. 1 Woche, im DZ,  All-Inclusive made by ROBINSON,  inkl. Flug, pro Person</p> <p><b>ab € 799**</b></p>
<p><b>CLUB AGADIR</b>  AGADIR - MAROKKO  z.B. 1 Woche, im DZ,  All-Inclusive made by ROBINSON,  inkl. Flug, pro Person</p> <p><b>ab € 880**</b></p>	<p><b>CLUB JANDIA PLAYA</b>  FUERTEVENTURA - SPANIEN  z.B. 1 Woche, im DZ,  Vollpension made by ROBINSON,  inkl. Flug, pro Person</p> <p><b>ab € 1.257**</b></p>

\* Ersparnis pro Person bei einer Mindestbelegung von 2 Personen pro Zimmer und einem Mindestaufenthalt von einer Woche inkl. Flug und Transfer. Gilt für ausgewählte Clubs, Zimmerkategorien und Reiseterrassen bis Ende Oktober, limitiertes Kontingent.  
\*\* Preis pro Person im Doppelzimmer, inkl. Flug und Transfer. Mindestaufenthalt von 7 Nächten in ausgewählten Reisezeiträumen, begrenztes Kontingent.  
Robinson Club GmbH • Karl-Weichert-Allee 4 • 30625 Hannover

**Frankreich**

**Sackmann**  
HOTEL \*\*\* S  
www.hotel-sackmann.de  
Hotel Sackmann GmbH, Gf. Jörg Sackmann  
Murgtalstraße 602, 72270 Badersbrunn ROMANTIK

**Ihr Wohlfühl-Hotel zum Liebhaben**  
**TRAUMHAFTES WELLNESS-SPA-DASEIN**  
Erleben Sie den zauberhaften Schwarzwald-Sommer, tauchen Sie ein in die Aromenwelt „Sackmann-SPA“ auf 1200 qm mit Panorama-Dachterrasse, genießen Sie die exquisite Küche, den Komfort und die persönliche Atmosphäre. UF ab 88 €, Vorwächtpension ab 117 €, DZ-Ferienapp. im Landhaus ab 73 € p.P./Nacht. **Unser Prospekt informiert Sie.** Tel. 07447 / 289-0

**Frankreich**

**INTERCHALET**  
Tel. (0761) 21 00 77, Fax (0761) 21 00 555  
79021 Freiburg, Postfach 5420

**PERIGORD** (Inspektor Bruno's Heim) Landhaus, HP (50 €), Pool, Entspannung, wunderschöne Lage  
[www.castang.info](http://www.castang.info) ☎ 0333/65727006

**Die F.A.Z. – die Lektüre für Top-Entscheider.**

**Der Ferienhaus-Spezialist: FRANKREICH:**  
• Mehr als 5000 Ferienhäuser und Ferienwohnungen in den schönsten Ferienlandschaften.  
• Frankreich-Katalog 2016 kostenlos  
• In Ihrem Reisebüro.  
[interchalet.de](http://interchalet.de)

## Verschiedene Reiseziele im Inland

**HÄCKERS**  
**GRAND HOTEL BAD EMS**  
Wellness & Spa Resort • Walter Häcker GmbH

**„Sommerzauber“**  
Genießen Sie schöne Sommertage in kaiserlicher Idylle!  
**3x Übern. ab 345 € pro Pers. (EZ ab 365 €)**  
inkl. Frühstücksbuffet, Halbpension, 1x Rückenmassage mit sommerlichen Aromen, erfrischender Eisbecher, tägliche Nutzung des Thermalbades und der exklusiven Saunalandschaft „Kaisergarten“, freier Eintritt in das älteste Spielcasino Deutschlands.

Römerstr. 1-3, 56130 Bad Ems, Tel. 0 26 03 / 7 99-0, Fax 7 99-2 52  
[info@haeckers-grandhotel.com](mailto:info@haeckers-grandhotel.com) | [www.haeckers-grandhotel.com](http://www.haeckers-grandhotel.com)

Schöne Ferien! Viele Reiseziele/preisg. Pauschal/Wellnessangebote-Hotel-Pens-FeWo-FH und vieles mehr...! Bitte schauen Sie mal rein! [www.zur-reise.de](http://www.zur-reise.de)

**Buchen Sie Ihre Anzeige in F.A.Z. und F.A.S.:**  
[www.faz.net/anzeigen](http://www.faz.net/anzeigen)

**Sommer-Urlaub direkt a. d. Mosel**  
Schwimmbad • Sauna • Lift • barrierefr. Zugang  
**TOP-PREIS ab 2x HP 119,- / 5x HP 249,-**  
**5492 Zellingen/Mosel**  
☎ (06532) 2321 • Fax 1748  
[www.hotel-winzerverein.de](http://www.hotel-winzerverein.de)  
HBG Scheer GmbH & Co. KG • Burgstraße 7

**Verschiedene Reiseziele im Ausland**

**FÄHREN NACH:**  
**SARDINIEN**  
**SIZILIEN**  
**KORSIKA**  
**ELBA**  
**TREMITI**

**Zwei starke Partner, mehr Abfahrten und neue Ziele!**

**MOBY**  
**tirrenia**

[www.mobyline.de](http://www.mobyline.de) [www.tirrenia.de](http://www.tirrenia.de)

MOBY Lines Europe - WIESBADEN  
Europäische Reservierungszentrale  
Tel. 0611-14 020  
[info@mobyline.de](mailto:info@mobyline.de) [info@tirrenia.de](mailto:info@tirrenia.de)

Kroatien, FeWo am Meer ☎ 08234/8902