

Detailinfo

Nepal - Mera Peak Umrundung und Besteigung

Programmablauf

1. Tag: Ankunft in Kathmandu, 1.330 m

Nach Ankunft am Internationalen Flughafen in Kathmandu erfolgt der Transfer mit dem örtlichen Sherpa-Reisen-Mitarbeiter zum Hotel. Sherpa Reisen lädt zum gemeinsamen Abendessen ein und gibt den Reiseteilnehmern die Gelegenheiten zum Kennenlernen und Besprechen der Unternehmungen der folgenden Tage.

Abendessen

2. Tag: Fahrt nach Deusa, 1.820 m

Am Morgen Fahrt mit dem Jeep nach Deusa. Unterwegs gibt es eine Mittagspause. Am Abend oder am folgenden Morgen Besichtigung des landwirtschaftlichen Modellprojekts von EcoHimal in Deusa und Übernachtung dort in einer Öko-Lodge, die von EcoHimal und Einheimischen gebaut wurde.
Fahrtzeit: ca. 8–12 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

3. Tag: Fahrt nach Khiraule, 2.450 m

An den ersten Wandertagen bringt dich das feucht-heiße Klima sowie die vielen Auf- und Abstiege sicherlich zum Schwitzen. Du wanderst durch Terrassenfelder, bestaunst einige Wasserfälle und genießt die reiche subtropische Vegetation! Unterwegs triffst du bunt gekleidete Gurung und Magar und erhältst einen kleinen Einblick in ihr Alltagsleben. Am späten Nachmittag Ankunft in Machha Khola.
Fahrtzeit: ca. 3 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

Alpintrekker

Wanderreisen
Riedberger-Horn-Weg 16
87538 Fischen im Allgäu
Büro: 08326/2693011
E-Mail: info@alpintrekker.de
Page: www.alpintrekker.de

Bergtouren Sommer
Höhenangst-Training
Fit für die nächste Tour
Schneeschuhtouren

4. Tag: Projektbesichtigung in Khiraule, 2.500 m

Ab hier gemächlicher Aufstieg nach Khiraule (2.250 m) auf. Der Aufenthalt wird zur Akklimatisation genutzt und du bleibst einen Tag in Khiraule. Hier Besuch der Projekte von Aktion Solukhumbu Nepalhilfe Bonn e.V.

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

5. Tag: Khiraule-Meditation im Kloster, 2.500 m

Meditation im Kloster oder Unternehmung einer Dorfwanderung entlang schöner Terrassenfelder und durch Mischwald mit Rhododendronsträuchern hinauf zur idyllischen Sherpa-Alm Shewdhab (2.750 m). Am Abend erlebst du eine traditionelle Sherpa-Tanzvorführung.

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

6. Tag: Trekking nach Cheskam 1.850 m

Die heutige Etappe führt durch Mischwald mit zahlreichen Rhododendronsträuchern hinauf zur malerischen Sherpa- Rai Dorf Cheskam (1.850 m). Projektbesichtigung von Nepalhilfe Bonn. e.V.
Gehzeit: ca. 6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

7. Tag: Trekking nach Mudhi, 3.350 m

Du steigst weiter bergauf und verlässt das Kulung/Rai Dorf Chemsing.
Gehzeit: ca. 6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

8. Tag: Trekking nach Weikno 3.590 m

Am heutigen Tag erwartet dich ein eindrucksvoller Aufstieg entlang des Hunku-Flusses.
Gehzeit: ca. 6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

9. Tag: Trekking nach Watelma Dovan, über Lungtumma 4.358 m

Trekking nach Watelma Dovan
Gehzeit: ca. 6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

10. Tag: Trekking nach Gopichar

Aufstieg nach Gopichar.
Gehzeit: ca. 6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

11. Tag: Trekking nach Kongma Dingma, 4.919 m

Du kommst allmählich dem Mera Peak näher. Der Weg führt durch eine Moränenlandschaft hinauf nach Kongma Dingma (4.919 m)
Gehzeit: ca. 6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

12. Tag: Akklimatisations-, Rast- und Ausflugstag, 5.415 m

Heute steht ein Akklimatisationstag auf dem Plan. Optional Aufstieg auf den Aussichtsgipfel direkt über dem kleinen Ort. Dort bietet sich ein spektakulärer Ausblick auf Mera und Charpathe Himal. Am Nachmittag gibt es die Gelegenheit zum Materialcheck.

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

13. Tag: Trekking über den Mera La zum Zeltlager am Mera Peak, 5.415 m

Am Morgen Aufstieg zum Zeltlager. Von Khare aus wanderst du zunächst steil über große Blöcke und Geröll und danach über den Gletscher bis zum 5.415 m hohen Mera-Pass. Oben angekommen belohnt dich eine traumhafte Aussicht auf die umliegenden 6.000er. Je nach Kondition, Wetter und Routenverhältnissen gemeinsame Besprechung mit dem Sirdar/Guide, ob das Nachtlager bereits hier aufschlagen oder zum Mera Peak High Camp aufgestiegen wird. Übernachtung im Zelt.

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

14. Tag: Akklimatisationstag oder High Camp, 5.780 m

Dieser Tag wird als Reservetag geplant bzw. zur Akklimatisierung wetterabhängig gestaltet.

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

15. Tag: Akklimatisationstag oder High Camp, 5.780 m

Dieser Tag wird als Reservetag geplant bzw. zur Akklimatisierung wetterabhängig gestaltet.

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

16. Tag: Aufstieg zum Mera Peak (6.461 m) und Abstieg nach Khare

Heute steht ein herausfordernder Gipfeltag auf dem Programm. Frühmorgens Aufbruch zum Aufstieg auf den Mera Peak, der 8 bis 9 Stunden dauern wird. Je nach Verhältnissen wird für die letzte kurze Steilstufe vor dem Gipfel ein Fixseil gelegt. Auf dem Gipfel eröffnet sich bei guten Sichtverhältnissen ein herrlicher Panoramablick auf Everest, Lhotse, Makalu, Cho Oyu und andere Giganten. Der drei bis vier Stunden dauernde Abstieg zum Mera La erfordert noch einmal volle Konzentration. Nach einer kurzen Teepause Abstieg zum Mera La über den Gletscher. Am späten Nachmittag gelangst du schließlich nach Khare (4.950 m).

Gehzeit: ca. 12–14 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

17. Tag: Trekking über Tangnag nach Kote

Heute beginnt der Rückweg. Am Dig-Gletscher vorbei gelangst du durch eine Moränenlandschaft in die Region des ehemaligen Sabai-Sees und nach Tangnag (4.350 m). Das Tagesziel lautet erneut Kote (3.650 m).

Gehzeit: ca. 8–9 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

18. Tag: Trekking nach Khola Kharka

Abstieg nach Khola Kharka.

Gehzeit: ca. 6–7 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

19. Tag: Trekking nach Khiraule

Am heutigen Tag Überquerung des 4.500 m hohen Hurchure-La-Pass und anschließend Abstieg nach Khiraule. Abends wird mit unserer Mannschaft Abschied gefeiert.
Gehzeit: ca. 7–8 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

20. Tag: Fahrt nach Kathmandu

Fahrt früh morgens nach Kathmandu. Der Transport nach Kathmandu erfolgt durch PKW/Jeep.
Fahrzeit: ca. 8–9 Stunden

Frühstück

21. Tag: Besichtigung im Kathmandu-Tal

Der heutige Tag steht für individuelle Ausflüge und Besichtigungen im Kathmandu-Tal zur freien Verfügung. Am Vormittag entdeckst du beispielsweise die historische Altstadt von Kathmandu. Ein Bummel durch das Einkaufsviertel Thamel lockt und lebendige Bazarstraßen führen dich zum größten und ältesten Tempel der Stadt, der Taleju-Pagode. Rund um den Königspalast Hanuman Dhoka warten darüber hinaus zahlreiche Hindu-Tempel darauf, entdeckt zu werden. Am Nachmittag bietet sich ein Besuch des Swayambunath-Stupas, der auch Affentempel genannt wird, an. Er befindet sich auf dem Hügel, von dem aus bei guten Sichtverhältnissen das gesamte Kathmandu-Tal überblickt werden kann. Ein weiteres lohnendes Ziel ist der Stupa von Boudnath. Alternativ ist z.B. ein Besuch der alten Königsstädte Patan und Bhaktapur möglich.

Frühstück

22. Tag: Heimreise

Ein Mitarbeiter von Sherpa-Reisen wird zum Hotel kommen, um dich zum Flughafen zu bringen.

Frühstück

Technik:

schwer

Kondition:

schwer

Alpintrekker

Wanderreisen
Riedberger-Horn-Weg 16
87538 Fischen im Allgäu
Büro: 08326/2693011
E-Mail: info@alpintrekker.de
Page: www.alpintrekker.de

Bergtouren Sommer
Höhenangst-Training
Fit für die nächste Tour
Schneeschuhtouren

Anforderungen:

Zusätzliche Infos zur Kondition und Technik

Diese Touren eignen sich für aktive Wanderer und Bergsteiger. Du benötigst eine sehr gute Kondition und Konstitution. Lange Tagesetappen erfordern manchmal mentale Stärke und Durchhaltevermögen. Steile und unwegsame Passagen stellen für dich kein Problem dar und du bringst Erfahrung im alpinen Gelände mit.

Max. 9-stündige Gehzeit und/oder max. 1.500 Hm im Aufstieg.

Leistungen:

Deutsch und nepalesisch sprechende Reiseleitung mit Namgel Sherpa von/bis Kathmandu

Transfer zwischen Flughafen und Hotel in Kathmandu

Sherpa-Sirdar/ Bergführer (mit Versicherung)

Climbing Sherpas (mit Versicherung)

Gepäcktransport während des Trekkings bis 15 Kg pro Person

Koch- und Begleitmannschaft, Träger

Inlandstransfer Kathmandu nach Deusa/Bung mit privatem Jeep

Vollverpflegung während des Trekkings (Getränke: Wasser, Tee, Kaffee)

Übernachtung in Hotels, Lodges und in Zelten während des Trekkings

Besichtigungen von Buddhistischen Klöstern und Hilfsprojekten von Nepalhilfe Bonn e.V. während des Trekkings

Besichtigungen in Kathmandu

Nationalparkgebühren, Trekking Permit, Mera Peak Gipfelpermit

Zusatzkosten:

Wunschleistungen: Sie haben die Möglichkeit, Ihre ausgewählte Reise noch mit diversen Wunschleistungen zu ergänzen. Wählen Sie hierzu Ihre Wunschleistung im Reiseanmeldung-Formular aus. Sie erhalten dann ein separates Angebot von uns.

An- und Abreise nach/von Kathmandu (Wunschleistung)

Unterkunft in Kathmandu (Wunschleistung)

Verpflegung in Kathmandu

Visagebühren (Wunschleistung)

Zuschlag für Einzelzimmer oder halbes Doppelzimmer in Lodges, Zelten, Berghütten (Wunschleistung)

weitere Mahlzeiten, Getränke und Energiesnacks

Trinkgelder für Tourguide und Träger (üblich ca. 8-10 € pro Tag für alle Träger und den Guide)

Internetverbindung

Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

Alpintrekker

Wanderreisen

Riedberger-Horn-Weg 16

87538 Fischen im Allgäu

Büro: 08326/2693011

E-Mail: info@alpintrekker.de

Page: www.alpintrekker.de

Bergtouren Sommer

Höhenangst-Training

Fit für die nächste Tour

Schneeschuh-Touren

Informationen:

Ausrüstung & Gepäck

Du bekommst eine auf deine Reise individuell abgestimmte Ausrüstungsliste zusammen mit den Reiseunterlagen zugesendet. Da das Gepäck von den Sherpa Reisen Gepäckträgern transportiert wird, musst du bitte das zulässige Gesamtgewicht pro Person von 15 kg einhalten. Wir empfehlen hier Packsäcke oder Rucksäcke und keine Koffer. Dein persönliches Tagesgepäck trägst du in deinem eigenen Rucksack. Hier empfehlen wir ein Gesamtgewicht von 5-8 kg pro Person.

Diese Reise wird durch die Sherpa Reisen GmbH veranstaltet. Alpintrekker ist hier als Vermittlung tätig. Die Organisation und Durchführung der Reise erfolgten durch unseren Partner Sherpa Reisen. Es gelten die [AGB](#) des Reiseveranstalters.

Alpintrekker

Wanderreisen
Riedberger-Horn-Weg 16
87538 Fischen im Allgäu
Büro: 08326/2693011
E-Mail: info@alpintrekker.de
Page: www.alpintrekker.de

Bergtouren Sommer
Höhenangst-Training
Fit für die nächste Tour
Schneeschuh-Touren