

## Detailinfo

# Nepal - Khumbu Drei Pässe & Island Peak

## Programmablauf

### 1. Tag: Ankunft in Kathmandu

Bei Ankunft am Internationalen Flughafen in Kathmandu erfolgt der Transfer mit unserem örtlichen Sherpa-Reisen Mitarbeiter zum Hotel.

Abendessen

### 2. Tag: Sightseeing in Kathmandu

Nach dem Frühstück Erkundung von Kathmandu. Start ist am Swayambunath-Tempel, der auch Affentempel genannt wird. Er befindet sich auf dem Hügel, von dem aus du bei guten Sichtverhältnissen das gesamte Kathmandu überblicken kannst. Anschließend Fahrt nach Boudhanath, zum größten buddhistischen Stupa in Nepal. Von Boudhanath aus Besuch des Hindu-Tempel Pashupatinath am Bagmati-Fluss. Am Abend kehrst du zum Hotel zurück und bereitest dich auf die anstehenden Trekkingtouren vor.

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 3. Tag: Flug nach Lukla / Phakding

Ankunft in Lukla und Wanderung weiter nach Phakding. Bei guten Sichtverhältnissen lassen sich berühmte Berge wie den Pike Peak, Numbur Himal, Dudhkunda, Mount Everest, Lhotse und Makalu bewundern.

Flugzeit: ca. 30 Minuten

Gehzeit: ca. 3 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 4. Tag: Trekking nach Namche Bazar

Nach dem Frühstück geht es heute nach Namche Bazar.

Gehzeit: 5-6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

## Alpintrekker

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

Bergtouren Sommer

Höhenangst-Training

Fit für die nächste Tour

Schneeschuh-Touren

### 5. Tag: Akklimatisieren

Akklimatisierung und Wanderung nach Khumjung.  
Gehzeit: 2-3 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 6. Tag: Trekking nach Thame

Trekking nach Thame.  
Gehzeit: 4-5 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 7. Tag: Akklimatisierung in Thame

Akklimatisierung in Thame und Kloster Besichtigung.  
Gehzeit: 5-6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 8. Tag: Trekking nach Lumde

Trekking nach Lumde.  
Gehzeit: 5-6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 9. Tag: Trekking nach Gokyo See über Renjo La Pass 5.930 m

Trekking nach Gokyo See über den Renjo La Pass 5.930 m.  
Gehzeit: 6-7 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

## Alpintrekker

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

Bergtouren Sommer

Höhenangst-Training

Fit für die nächste Tour

Schneeschuh-Touren

### 10. Tag: Aufstieg zum Gokyo Ri

Aufstieg zum Gokyo Ri und Akklimatisierung.  
Gehzeit: 5-6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 11. Tag: Trekking nach Dragnag

Trekking nach Dragnag.  
Gehzeit: 5-6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 12. Tag: Trekking über Chola Pass 5.420 m nach Dzonghla

Trekking über Chola Pass 5.420 m nach Dzonghla.  
Gehzeit: 5-6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 13. Tag: Trekking nach Lobuche

Trekking nach Lobuche.  
Gehzeit: 5-6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 14. Tag: Trekking über Kongma la 5.535 m nach Chukung

Trekking über Kongma La 5.535 m nach Chukung.  
Gehzeit: 6-7 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 15. Tag: Trekking zum Island Peak Basislager 5.100 m

Trekking zum Island Peak Basislager 5.100 m.

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

## Alpintrekker

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

Bergtouren Sommer

Höhenangst-Training

Fit für die nächste Tour

Schneeschuh-Touren

**16. Tag: Besteigung des Island Peak 6.189 m**

Besteigung des Island Peak 6.189 m und Trekking nach Chukung.  
Gehzeit: 8-12 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**17. Tag: Trekking nach Deboche**

Trekking nach Deboche.  
Gehzeit: 5-6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**18. Tag: Trekking nach Namche Bazar**

Trekking nach Namche Bazar.  
Gehzeit: 5-6 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**19. Tag: Trekking nach Lukla**

Trekking nach Lukla.  
Gehzeit: 6-7 Stunden

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**20. Tag: Flug nach Kathmandu**

Flug nach Kathmandu.  
Flugzeit: ca. 30 Minuten

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**21. Tag: Besichtigung im Kathmandu-Tal**

Besichtigung in Kathmandu-Tal.

Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**Alpintrekker**

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

Bergtouren Sommer

Höhenangst-Training

Fit für die nächste Tour

Schneeschuh-Touren

## 22. Tag: Heimreise

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

Frühstück

## Sonstiges:

Ausrüstung & Gepäck

Du bekommst 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.**

## Technik:

schwer

## Kondition:

schwer

## Anforderungen:

Zusätzliche Infos zur Kondition und Technik

Diese Touren eignen sich für sportlich Aktive mit guter Kondition und Fitness, sowie einer gesunden Gesamtkonstitution. Du wanderst auf Wegen, Pfaden und Steigen. Gelegentliche weglose oder geröllige Passagen können Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordern. Auf diesen Touren fühlst du dich am wohlsten, wenn du Wandererfahrung mitbringst.

Max. 7-stündige Gehzeit und/oder max. 1.200 Hm im Aufstieg.

## Alpintrekker

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

Bergtouren Sommer

Höhenangst-Training

Fit für die nächste Tour

Schneeschuh-Touren

## Leistungen:

- Englisch sprechende Bergführer/Reiseleitung von/bis Kathmandu
- Transfer zwischen Flughafen und Hotel in Kathmandu
- Unterkunft in Kathmandu
- Übernachtung in landestypischen Hotels, Lodges oder einfachen Berghütten
- Vollverpflegung während des Trekkings (Getränke: Tee, Kaffee)
- Alle Fahrten in privaten Fahrzeugen mit bekannten Fahrern
- Gepäcktransport während des Trekkings bis 15 kg pro Person
- Begleitmannschaft
- Alle Pemics
- Alle Eintrittsgelder laut Programm
- Technische Ausrüstung für 24-Std.-Notrufservice

## Zusatzkosten:

- Wunschleistungen: Du hast die Möglichkeit, deine ausgewählte Reise noch mit diversen Wunschleistungen zu ergänzen. Wähle hierzu deine Wunschleistung im Reiseanmeldung-Formular aus. Du erhältst dann ein separates Angebot von uns.
- An- und Abreise nach/von Kathmandu (Wunschleistung)
- Verpflegung in Kathmandu
- Visagebühren (Wunschleistung)
- Zuschlag für Einzelzimmer in angegebenen Unterkünften (Wunschleistung)
- Weitere Mahlzeiten, Getränke und Energiesnacks
- Trinkgelder
- Internetverbindung
- Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

## Alpintrekker

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

Bergtouren Sommer

Höhenangst-Training

Fit für die nächste Tour

Schneeschuh-Touren