

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

Page: 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
Page: 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
Page: 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
Page: 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

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.

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 Pems
- Alle Eintrittsgelder laut Programm
- Technische Ausrüstung für 24-Std.-Notrufservice

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

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

Informationen:

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.

Hinweise zu körperlichen Einschränkungen:

Bei Fragen zu eventuell vorliegenden körperlichen Einschränkungen kontaktiere uns bitte gerne. Wir beraten dich individuell und stehen dir mit unserer Erfahrung zur Seite, um sicherzustellen, dass deine Wanderung optimal auf deine Bedürfnisse abgestimmt ist.

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