



Nepal Himalaya Reisen Pvt. Ltd.

Mit dem Original nach Nepal

www.nepal-trek-tours.de – info@nepal-trek-tours.de

Island Peak Besteigung im Everest Gebiet

- | | |
|-------------------|---|
| ➤ Beste Reisezeit | März / April & September bis Dezember |
| ➤ Schwierigkeit | sehr anspruchsvolles Trekking / Hochtourenenerfahrung notwendig |
| ➤ Höchster Punkt | 6189 Meter / Island Peak |
| ➤ Reisedauer | 20 Tage |
| ➤ Trekking Tage | 16 Tage |
| ➤ Gruppengröße | min. 4 Teilnehmer / max. 8 Teilnehmer/2 Teilnehmer auf Anfrage |
| ➤ Preis | auf Anfrage – wir garantieren einen fairen Preis |

Kurzübersicht:

01 Tag	Ankunft in Kathmandu	ÜN Hotel (A)
02 Tag	Flug nach Lukla und Trekking nach Phakding (2610m)	ÜN Lodge (F/M/A)
03 Tag	Trekking nach Namche Bazar (3440m)	ÜN Lodge (F/M/A)
04 Tag	Ruhetag Namche Bazar	ÜN Lodge (F/M/A)
05 Tag	Trekking nach Phortse (3800m)	ÜN Lodge (F/M/A)
06 Tag	Trekking nach Pheriche (4250m)	ÜN Lodge (F/M/A)
07 Tag	Trekking nach Labuche(4910m)	ÜN Lodge (F/M/A)
08 Tag	Trekking nach Gorak Shep (5140m)	ÜN Lodge (F/M/A)
09 Tag	Trekking nach Labuche & Kala Pathar (5550m)	ÜN Lodge (F/M/A)
10 Tag	Trekking nach Chukung (4725m) via Kongmala (5435m)	ÜN Lodge (F/M/A)
11 Tag	Island Base Camp (5145m) oder High Camp (5600m)	ÜN Lodge (F/M/A)
12 Tag	Island Peak Besteigung & Trekking bis Chukung (4725m)	ÜN Lodge (F/M/A)
13 Tag	Reservetag	ÜN Lodge (F/M/A)
14 Tag	Trekking nach Tengbuche (3855m)	ÜN Lodge (F/M/A)
15 Tag	Trekking nach Namche Bazar (3440m)	ÜN Lodge (F/M/A)
16 Tag	Trekking nach Lukla (2840m)	ÜN Lodge (F/M/A)
17 Tag	Flug nach Kathmandu	ÜN Hotel (F)
18 Tag	Kathmandu	ÜN Hotel (F)
19 Tag	Kathmandu	ÜN Hotel (F)
20 Tag	Heimreise	

Reisebeschreibung:

Ankunft in Kathmandu

Wir begrüßen Sie am Flughafen und begleiten Sie zum Hotel, wo Sie auch Ihren Guide kennen lernen. Bei der ersten Tour Besprechung checken wir Ihre Ausrüstung und laden Sie danach zu einem kleinen Willkommen Essen ein.
Übernachtung im Hotel mit (A)7

Panorama Flug nach Lukla

Auf geht's in die Berge per kleinem Flieger entlang des Himalaya. In Lukla am Flughafen warten schon Ihre Träger. Nach einer kurzen Tee Pause starten wir den ersten Tag Flussabwärts durch bewaldetes Gebiet nach Phakding (2610m)

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 4 Stunden

Trekking nach Namche Bazar (3440m)

Eine der höchsten und spektakulärsten Hängebrücken der Region wartet auf Sie, nachdem wir den in Monjo den Sagarmatha Nationalpark betreten. Steil geht es den restlichen Weg bergauf bis zum Sherpa Hauptort Namche Bazar.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Ruhetag Namche Bazar (3440m)

Kleinere Ausflüge in die Umgebung dienen der besseren Höhenakklimatisierung. Das Everest View Hotel und Khumjung sind gute Alternativ Wege, die wir dabei nutzen.

Übernachtung in Lodge (F/M/A)

Trekking nach Phortse (3800m)

In Richtung Gokyo, mit Blicken zu Ama Dablam und Thamserku laufen wir bis Sansana meistens gerade aus. Gegen Mittag steigen wir wieder bergab zum Fluss. Wir entspannen während des leckeren Mittagessens und machen uns wieder auf den Weg zum Sherpa Ort Phortse, in dem viele Bergsteiger leben.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden

Trekking nach Pheriche (4250m)

Wir starten unsere Tagesetappe meistens gerade aus und genießen bei gutem Wetter die Klasse Sicht zu den Bergen. Der Daphe, nepalesischer Nationalvogel und Bergziegen können uns unterwegs begegnen. Pangboche, der erste Sherpa Ort im Khumbu, lassen wir hinter uns, an einem eher leichteren Wandertag, bis wir unser Ziel erreichen.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden

Trekking nach Labuche (4910m)

Durch das langgestreckte Tal starten wir mit Blick in nicht allzu weite Ferne zu schneebedeckten Bergen. Doch dann geht's hoch hinauf zum Thukla Pass. Chörten mit Gebetsfahnen erinnern an die am Everest verstorbenen Bergsteigern.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Trekking nach Gorak Shep (5140m)

Über die 5000 Meter Marke kommen wir an der eher kürzeren Tagesetappe bis Gorak Shep. Doch der Tag ist noch nicht zu Ende. Wir sammeln Kräfte bei einer Tasse Tee und begeben uns auf den endlos scheinenden Weg über Gletschergeröll zum Everest Basis Lager. Zweifelsfrei recht mühevoll, aber doch sehr lohnend!

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 4 Stunden inklusive Basis Lager: 9 Stunden

Besteigung Kala Pathar (5550m)

Einstimmung auf den Island Peak. Inklusiv atemberaubender Aussichten besteigen wir am frühen Morgen den, in Nepal als Hügel bezeichneten, Kala Pathar einen scheinbar einfachen, jedoch langgestreckten Pfad hinauf. Viele Pausen machen wir. Die lohnen sich auch zum Fotografieren, denn es bietet sich ein einzigartiges Panorama. Blicke auf den Everest (8848m), Lhotse (8516m), Nuptse (7861m), Lingtren (6714m und den Pumori (7161m). Unser Blick schweift weit bis ins Tal am vorbei schlängelnden Khumbu Gletscher entlang. Nach der Besteigung und späteren Frühstück wandern wir zurück nach Labuche.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Trekking nach Chukung (4725m) via Kongmala Pass (5435m)

Auf geht's heute zu einem etwas längeren, mit einigen Pausen zum Verweilen, Tagesmarsch über den Kongmala Pass. Ab der Passspitze schlängelt sich der Weg gemächlich nach unten mit besten Aussichten auf eine gigantische Bergwelt.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden

Hoch hinauf zum High Camp (5600m) oder Basis Lager (5145m)

Entscheidend ist das Wetter oder Ihre Kondition ob wir im Basis Lager oder dem High Camp schlafen. Durch das Imja Tal durchqueren wir großartige Landschaften bis zum Basis Lager in etwa 5 Stunden. Zur Mittagspause, mit Blick in die gewaltige Bergkulisse, lassen wir uns das mitgebrachte Lunchpaket aus Chukung schmecken. Danach brechen wir auf, um die etwa letzten 2 Wanderstunden des Tages zu bewältigen. Auf der einen Seite die Ama Dablam mit Amphu Gletscher, auf der anderen Seite der Lhotse, kommen wir leicht bergan, auf einem Serpentin Weg zum Hochlager des Island Peaks, was im ewigen Eis und Schnee liegen kann. Je nach der Entscheidung des Schlafplatzes bauen wir die Zelte auf und lassen uns das einfache, aber leckere lokale Gericht, was unsere Crew kocht schmecken. Unsere Climbing Guides geben Ihnen eine kleine Einführung und Bergtraining.

Übernachtung Zelt (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden

Gipfelbesteigung Island Peak (6189m)

Es geht hinauf zum Gipfel. Bereites Nachts oder sehr früh, je nach Übernachtungsplatz, starten wir zu unserem großen Tag. Nach anfangs eher einfachem Weg, wird es langsam aber stetig schwieriger. Über einen sehr steinigen Weg bis zum Cromponpoint – ab hier verändert sich der steinige Weg zu einem Eisfeld und das Anlegen von Steigeisen wird notwendig. Nun geht es am Seil weiter, über ein großes Schnee und – Eisfeld. Unter fachmännischer Führung unserer Climbing Guides müssen jetzt kleine Gletscherspalten über Leitern überwunden werden. Das letzte Stück ist nicht einfach und harte Arbeit wartet auf uns. An einer etwa 60° steilen Eiswand hangeln wir uns die letzten etwa 150 Meter an Fixseilen bis zum Gipfel. Es ist geschafft! Fantastische Ausblicke auf Ama Dablam, Kang Teka, Thamserku, Tawoche, Nuptse, Amalapcha, Baruntse, Lhotse und viele andere spektakuläre hohe Berge und der umliegenden Gletscher können Sie genießen. Wir verlassen dieses schöne Panorama und gehen zurück bis Chukung.

Ein langer und anstrengender Tag.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 12 Stunden

Reservetag

Diesen Tag behalten wir uns vor als Reservetag. Sollte wegen Schlechtwetters oder einer Zwischenübernachtung im Basis Lager dies notwendig sein. Ihr Guide und Sie entscheiden vor Ort wie Sie mit dem Tag, sollte er für die Besteigung nicht notwendig sein, verfahren werden.

Übernachtung Lodge (F/M/A)

Trekking nach Tengbuche (3855m)

Zurück laufen wir, langsam an Höhe verlierend, auf den Moränen bis Chukung mit schönen Talblick auf den Chukung Fluss. Ein leichter Weg nach anstrengenden Tagen. Bergab beginnt der Tag mit den Aussichten in die schöne Bergwelt rings um das Imja Kola Tal. Über Phangboche von wo es der Weg sich wieder hochwärts windet, kommen wir an einem der bekanntesten buddhistischen Klöster im Himalaya an. Es lohnt sich.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Trekking nach Namche Bazar (3450m)

Jeder Schritt fällt leichter bei unserem Abstieg zurück ins Sherpa Hauptdorf Nasche Bazar, was mit einigen Annehmlichkeiten wartet. Besuchen Sie, sollten Sie samstags hier sein, den Markt, oder genießen Sie einen köstlichen Kaffee. Auch ein Besuch des Sherpa Museum lohnt sich.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Trekking nach Lukla (2810m)

Noch einmal malerische Sherpa Dörfer, bewohnt mit gastfreundlichen Menschen, begegnen uns beim weiteren Abstieg via Phakding zurück nach Lukla. Ein großartiges Abenteuer liegt hinter Ihnen, wenn Sie kurz vor Lukla einen letzten kleineren Anstieg gemeistert haben.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Flug zurück nach Kathmandu

Bei guter Sicht gibt es noch einmal ein kleines Abschiedsgeschenk in Form von super Aussichten auf die Himalaya Bergkette zurück nach Kathmandu, wo der restliche Tag zur freien Verfügung ist.

Übernachtung in Hotel (F)

Freie Zeit in Kathmandu

Reservetage sind notwendig, sollte der Flieger von/nach Luka wetterbedingt nicht starten können.

Überzeugen Sie sich das Nepal, neben einer Klasse Natur, auch an Kultur mehr als normal zu bieten hat. Erleben Sie die Stadt mit all ihren Höhepunkten und stürzen Sie sich ins Gewusel. Gern auch als geführte Tour organisiert mit uns.

Übernachtung im Hotel mit (F)

Ausflüge Rings um Kathmandu

Bhaktapur und Patan mit ihren schönen Königsplätzen, ein Bummel durch die Altstadt wo das Leben pulsiert – zahlreiche Möglichkeiten stehen Ihnen offen. Infos auch gern bei uns.

Übernachtung im Hotel (F)

Rückflug nach Hause

Wir begleiten Sie zum Flughafen und wünschen eine angenehme Heimreise. Vielleicht hat es Ihnen so gut gefallen, dass Sie noch einmal wiederkommen möchten, dann würden wir uns freuen Sie wieder zu begrüßen.

Wichtige Information:

Diese Tour ist sehr anspruchsvoll. Eine sehr gute Kondition und Trittsicherheit verbunden mit Hochtouren Erfahrung ist zwingend erforderlich.

Während der Besteigung des Island Peaks ist außer Ihrem Guide, der Sie während des Trekkings begleitet, auch ein professioneller und lizenzierter Climbing Guide mit dabei, der auch die Fix Seile für das Klettern zum Gipfel anbringen wird.

Bevor es zum Gipfel hinauf geht, bekommen Sie eine Einführung und ein kleines Bergtraining.

Natürlich hat unser Berg Guide diese Tour schon oft unternommen und hat somit ausreichend Erfahrung. Auch bei nicht so geübten Bergsteigern wird er helfen beim absichern und ebenso ein sorgsames Auge auf Sie werfen.

Ihre persönliche Kletter- und Eisausrüstung, wie Eispickel, Karabiner Haken, Helm und Steigeisen müssen Sie selbst mitbringen. In Kathmandu oder in Chukung haben Sie die Möglichkeit diese Dinge gegen eine Gebühr auszuleihen.

Die Zeltausrüstung, wie Toilettenzelt, Küchenzelt und Verpflegung stellt Nepal Himalaya Reisen.

Da Sie sich mehrere Tage in ungewohnt großen Höhen aufhalten und während der Island Peak Besteigung über 6000 Höhenmetern kommen, raten wir vor Ihrer Reise Ihren Hausarzt zu konsultieren.

Temperaturen weit unter null Grad ("normal" sind um die minus 10 Grad im November) können Sie erwarten. Die Temperaturen sind natürlich Wetterabhängig. Anzuraten ist jedoch ein Schlafsack von minus 20 Grad im Komfort Bereich zu nutzen. Isomatten werden von uns gestellt.

Inklusive:

- ✓ Alle Transfers wie beschrieben
- ✓ Übernachtung mit Frühstück in Kathmandu im DZ – gutes Mittelklasse Hotel
- ✓ Englischsprechender Trekking Guide (deutschsprechend auf Anfrage und Verfügbarkeit)
- ✓ Träger beim Trekking
- ✓ Vollverpflegung beim Trekking
- ✓ Sagarmatha National Park Eintritt
- ✓ Pasang Lamu Sherpa Gebühr
- ✓ Übernachtung in einfachen Lodgen beim Trekking
- ✓ Flug Kathmandu – Lukla – Kathmandu
- ✓ Flughafen Tax
- ✓ Crew Krankenversicherung
- ✓ Willkommen Essen
- ✓ Lizensierter Kletter Guide
- ✓ Alle erforderlichen Versicherungen der Climbing Crew (Lebensversicherung)
- ✓ Extra Träger für die Besteigung (Verpflegung, Zelte, Kerosin usw.)
- ✓ Vollverpflegung (Einfache normale Kost bei der Besteigung), alle Heiß Getränke Besteigung
- ✓ Peak Permit
- ✓ Müllkaution
- ✓ Zelte (inkl. Küchen – und Toilettenzelt)
- ✓ Iso Matten
- ✓ Satelliten Telefon oder Walkie-Talkie

Extras:

- Internationaler Flug (etwa 700 bis 900 Euro)
- Visa für Nepal
- Persönliche Ausgaben
- Reiseversicherungen
- EZ Zuschlag (Kathmandu)
- Alk. – und Softgetränke, Wasser
- Heisse Dusche (hot shower beim Trekking)
- WIFI & Batterie Aufladung beim Trekking
- Persönliche Kletter Ausrüstung
- Landesübliche Trinkgelder