



# Nepal Himalaya Reisen Pvt. Ltd.

Mit dem Original nach Nepal

[www.nepal-trek-tours.de](http://www.nepal-trek-tours.de) – [info@nepal-trek-tours.de](mailto:info@nepal-trek-tours.de)

---

## Ab Sallary zum Everest Basis Lager

➤ Beste Reisezeit	März / April & September bis Dezember
➤ Schwierigkeit	anspruchsvolles Trekking
➤ Höchster Punkt	5550 Meter / Kala Pathar
➤ Reisedauer	20 Tage
➤ Trekking Tage	15 Tage
➤ Gruppengröße	min. 2 Teilnehmer / max. 8 Teilnehmer
➤ Preis	auf Anfrage – wir garantieren einen fairen Preis

### Kurzübersicht:

01 Tag	Ankunft in Kathmandu	ÜN Hotel (A)
02 Tag	Fahrt nach Sallary (1900m)	ÜN Lodge (F/M/A)
03 Tag	Trekking nach Nunthalla (2330m)	ÜN Lodge (F/M/A)
04 Tag	Trekking nach Bubsu (2330m)	ÜN Lodge (F/M/A)
05 Tag	Trekking nach Surke (2290m)	ÜN Lodge (F/M/A)
06 Tag	Trekking nach Phakding (2610m)	ÜN Lodge (F/M/A)
07 Tag	Trekking nach Namche Bazar (3440m)	ÜN Lodge (F/M/A)
08 Tag	Akklimatisierung Namche Bazar	ÜN Lodge (F/M/A)
09 Tag	Trekking nach Phortse (3800m)	ÜN Lodge (F/M/A)
10 Tag	Trekking nach Dingbuche (4410m)	ÜN Lodge (F/M/A)
11 Tag	Trekking nach Labuche (4910m)	ÜN Lodge (F/M/A)
12 Tag	Trekking nach Gorak Shep (5140) Kala Pathar (5550m)	ÜN Lodge (F/M/A)
13 Tag	Trekking zum Everest Base Camp und Labuche	ÜN Lodge (F/M/A)
14 Tag	Trekking nach Tengboche (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 freuen uns Sie am Flughafen begrüßen zu dürfen und begleiten Sie zum Hotel. Je nach Ihrer Ankunftszeit treffen Sie gleich oder am Abend auf Ihren Guide und gemeinsam besprechen wir mit Ihnen die Tour in allen Einzelheiten. Übernachtung im Hotel mit (F)

### **Jeep Fahrt nach Sallery (1900m)**

Gleich frühmorgens holen wir Sie mit dem privaten Jeep ab vom Hotel und verlassen das lebhaftes Kathmandu in Richtung Stille der Berge. Je nach der Beschaffenheit der Straße und auch des Verkehrsaufkommens sind wir in etwa 9 Stunden in Sallery. Pausen werden reichlich eingelegt.  
Übernachtung Lodge (F/M/A)

### **Trekking nach Nunthalla (2330m)**

Nach der langen Fahrt gestern, wird es gut tun nun endlich durch die Weiten der wunderschönen Natur Nepals zu wandern. Wir rüsten uns nach dem Frühstück und verlassen die Lodge durch Sallery Bazar, vorbei an den kleinen Shops und Hotels. Unterwegs, durch die noch recht traditionellen Ortschaften, deren Bewohner Buddhisten sind, reffen wir auf einige kleine Klöster und viele Mansistein Mauern. Die meisten Bewohner dieser Region gehören der Volksgruppe der Sherpa an, aber auch einige Rai leben hier. Bevor es zum Ende der Tagesetappe hinauf geht, verläuft der Weg an Reisfeldern und Wald vorbei.

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

### **Trekking nach Bubsa (2330m)**

Eine Tagesetappe mit vielen hinunter und hinauf. Erneut durch kleine Sherpa und Rai Siedlungen starten wir unseren Trip zunächst hinab bis auf etwa 1500 Höhenmeter zu den Ufern des Dud Khosi Flusses. (Milch Fluss) Die Wanderpfade schlängeln sich entlang an Reis Terrassen Feldern und kleinen Bauern Häuschen, langsam hoch bis Kahri Khola. Es war noch nicht genug aufwärts, denn nun geht's zum Endsputt noch ein kleines Stück steil bergan bis Bubsa.

Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

### **Trekking nach Surke (2290m)**

Die ersten 2 Stunden geht es steil hinauf bis zum Khari La Pass (880m). Durch dichte Rhododendren und Eichenwälder bahnen wir uns unseren Weg, wieder vorbei an den schönen kleinen Sherpa Dörfern. Vielleicht aber machen Blicke zum Cho Oyu, Thamserku und noch vielen andern die Strapazen etwas leichter. Was hochgelaufen wird, geht in Nepal meist auch wieder hinunter. So auch bei uns. Mit Weitblick auf das schöne Khumbu Tal laufen wir wieder steil hinab zum Sherpa Dorf Surke.

Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

### **Trekking nach Phakding (2610m)**

Ein schöner Wanderweg führt unterhalb Luklas und oberhalb des Dud Khosi Flusses zu unserem nächsten Tages Ziel. Wir ignorieren den steilen Anstieg nach Lukla und laufen bis zum kleinen beschaulichen Ort Chaunrirka. Ab hier kommen wir dann auf die bekannte und mehr frequentierte Route zum Everest.

Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

### **Trekking nach Namche Bazar (3440m)**

Es ist kein langer Weg bis Jorsale, dem Eingang zum Sagarmatha, wie die Nepalesen den Everest nennen, Nationalpark. Ihr Guide checkt Sie ein und schon kann es weiter gehen. Ein kleines Highlight wird danach die Überquerung der höchsten Hängebrücke der Regio sein. Das letzte Teilstück wird es in sich haben, mehr oder weniger steil brauchen wir einige Zeit bis wir oben in Namche, dem Haupt Sherpa Ort und Handelszentrum, erreichen.

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

### **Akklimatisierung in Namche Bazar**

Die folgenden Tage wird es immer höher hinaus gehen, deshalb ist es wichtig sich an die ungewohnte Höhe etwas anzupassen. Dieser Tag in Namche ist bestens dafür geeignet. Viele kleine Wanderungen kann man von hier aus starten. Sei es nach Khumjung oder zum Everest View Hotel, wo wie der Name schon sagt, man einen Blick auf den höchsten Berg der Welt werfen kann, auch wenn es in

weiter Ferne ist. Zurück in Namche haben Sie Zeit sich den Ort anzusehen oder einen leckeren Cappuccino mit einem köstlichen Stück Kuchen zu naschen.

Übernachtung Lodge (F/M/A)

### **Trekking nach Phortse (3800m)**

Wir verlassen Namche Bazar mit seinen kleinen Annehmlichkeiten und wagen uns weiter in das Abenteuer Himalaya. Nach Phortse, dem Ort im Sherpa Gebiet, in dem viele Bergsteiger leben, erreichen wir auf entspannten und mit wunderschönen Blicken gespickten Wegen. Mal hoch mal runter, der – Nepal Flat – wie er liebevoll von den Einheimischen genannt wird, findet heute auch bei uns statt.

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

### **Trekking nach Dingbuche (4410m)**

Eine landschaftliche wunderschöne Etappe, bei der immer wieder die schneebedeckte und heilige Ama Dablam im Mittelpunkt ist. Heute erklimmen wir die 4000 Meter Marke und es wird langsam etwas karger um uns herum.

Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

### **Trekking nach Labuche (4910m)**

Vorwärts, durch eher karge Vegetation, aber mit atemberaubenden Blicken, nähern wir uns dem Thukla Pass, einem mit vielen kleinen Chörten versehenen Platz, an dem an die am Everest Verstorbenen gedacht wird. In Thukla am Pass kräftigen wir uns mit einem leckeren Dal Bhaat, was wir uns durchaus verdient haben um danach den letzten Anstieg des Tages, der nicht ohne ist, zu bewältigen.

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

### **Trekking nach Gorak Shep (5140m) und Besteigung Kala Pathar (5550m)**

Es ist kein langer Weg heute bis Gorak Shep jedenfalls. Aber die Höhe fordert Ihren Tribut und so lassen wir es langsam angehen. Die kleine Teepause in der Lodge in Gorak Shep, zum Mittag, wird guttun. Jetzt haben wir zwei Optionen. Entweder gehen wir zum Everest Basis Lager oder wir steigen noch vor dem Abend auf den Kala Pathar. Der Sonnenuntergang wird phänomenal sein. (Sollte das Wetter nicht mitspielen ist der Kala Pathar das Ziel am folgenden Morgen zum Sonnenaufgang). Wir rüsten uns mit warmen Sachen (es kann abends dort oben empfindlich kalt werden) und einer Stirnlampe, sowie reichlich zu trinken und folgenden dem Pfad in Richtung Gipfel. Ein Hochgenuss und ein Paradies für jeden Fotografen. Es wird dunkel werden beim Rückweg. Aber keine Angst Ihre Begleiter sind alle mit Stirnlampen ausgerüstet, so dass Sie sicher wieder in der Lodge ankommen. Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden inklusive Kala Pathar oder Basis Lager

### **Trekking nach Labuche (4910m) und Everest Basis Lager**

Man sieht nur eine kleine Spitze des höchsten Berges der Welt, wenn man so nah – im Basis Lager – vor ihm steht. Aber man spürt und fühlt die fantastische Natur um eine herum. Der Weg scheint kurz, von der Lodge zum Basis Lager, aber er zieht sich. Sie werden es nicht bereuen. Die Stille und die gewaltigen Riesen um Sie herum entschädigen für alle Strapazen. Während man in der Herbst Saison äußerst selten die „berühmten“ Zelte der Bergsteiger sehen kann, da eine Besteigungszeit ist, wird im Frühjahr eine kleine Zeltstadt zu sehen sein. Zurück in Gorak Shep entscheiden wir, je nach Uhrzeit, noch Mittag zu essen oder gleich weiter nach Labuche zu gehen. Sollten Sie sich noch fit fühlen, wäre es auch möglich bis Pheriche zu laufen und dort die Nacht zu verbringen. Diese Entscheidung treffen Sie zusammen mit Ihrem Guide.

### **Trekking nach Thengbuche (3855m)**

Eins der schönsten und das bekannteste Kloster der Region werden wir heute kennenlernen. Es wird ein leichter Weg heute, meist bergab. Die Landschaft grünt langsam wieder um uns herum.

Schauen Sie sich unbedingt das Kloster in Thengbuche an. Es ist auch möglich, meist am Morgen, der

Gebetszeremonie der Lamas zu zusehen. Ihr Guide wird die Zeiten erfragen, so dass Sie dieses einmalige Erlebnis auf sich wirken lassen können. Im Frühjahr, wenn die Bergsteiger Saison ist, gibt es meist nur recht kleine verkürzte Zeremonien, da die Lamas außerhalb der Klöster sind, um den Bergsteigern in den Basis Lagern ihren Segen für eine glückliche Besteigung zu geben.

Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

### **Trekking nach Namche Bazar (3440m)**

So langsam wird Sie die Zivilisation heute wiederhaben. Fast alles was Sie möglicherweise die letzten Tage vermisst haben, bekommen Sie in Namche Bazar, der mit mehr oder weniger großen Annehmlichkeiten auf Sie wartet. Vielleicht besuchen Sie das Sherpa Museum, was eine kleine interessante Ausstellung beherbergt. Der Weg heute jedenfalls wird leicht sein, immer weiter hinab in wärmere Gefilde.

Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

### **Trekking nach Lukla (2840m)**

Wer genug Zeit und Urlaub hat, kann auch heute nur bis Phakding gehen. Dies ist prinzipiell möglich. Informieren Sie uns, wir bauen das gern für Sie ein.

Ein langer Weg, durch den schönen Landstrich, kleine Felder, Wiesen und bunte Natur. Die meiste Zeit geht es bergab. Zum Ende, kurz vor Lukla, braucht es noch einmal etwas mehr Power, um den letzten steilen Anstieg zu bewältigen. Dann ist es vorbei. Ihre hoffentlich schöne Tour ist beendet.

Morgen geht es zurück in die Großstadt Wildnis. Machen Sie sich einen letzten schönen Abend mit Ihren Wegbegleitern der letzten Tage und sagen Sie bye bye zu der fantastischen Natur hier oben.

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

### **Flug nach Kathmandu**

Man hört es ganz deutlich, wenn die ersten Flieger aus Kathmandu landen und der Flugbetrieb losgeht. Am kleinen Bergflughafen starten und landen die kleinen Maschinen im Minuten Takt. Auch für uns wird es Zeit das den Flieger zu besteigen und noch einmal vorbei fliegen an den Bergen, die uns so begeistert haben. Nur etwa eine halbe Stunde und Sie landen in Kathmandu, wo Sie den Rest des Tages sich erholen können oder gleich wieder ins Getümmel einsteigen können.

Übernachtung im Hotel (F)

### **Reserve und freie Tage in Kathmandu und Umgebung**

Die folgenden Tage dienen als Sicherheitspuffer, sollten wetterbedingt Flüge aus/von Lukla verschoben werden. Auch wenn es hier etwas lauter zugeht, ist Kathmandu eine tolle offene Stadt, die in fast jeder Ecke viel zu entdecken hat. Gern bieten wir Ihnen auch eine geführte Stadtbesichtigung an. Informieren Sie uns bitte bei Interesse.

Übernachtung Hotel (F)

### **Noch einmal Kathmandu**

Noch ein Tag, den Sie kulturell verbringen können. Bhaktapur oder Patan, die alten Königsstädte sind nicht weit. Gönnen Sie sich die Zeit durch die alten Gassen, gerade in Bhaktapur zu gehen. Es wird gebaut, da einiges beim Erdbeben kaputt gegangen ist, aber vieles steht schon wieder. Das Flair ist phantastisch, kommt man sich zum Teil vor als sei die Zeit stehen geblieben. Auch hier bieten wir Ihnen gern eine geführte Tour an. Sollten Sie jedoch sich wagen wollen das Abenteuer Lokale Busse zu testen, dann gern. Man kommt leicht zurecht, jeder hilft gern und es ist ein Erlebnis der anderen Art. Möglich wäre auch am ganz frühen Morgen einen Mountainflug zu buchen, der einmal zum Everest und zurückfliegt.

Übernachtung im Hotel mit (F)

## Heimreise

Eine schöne Reise geht zu Ende. Wir hoffen und wünschen uns, Nepal bleibt in den schönsten Erinnerungen bei Ihnen. Vielleicht kommen Sie noch einmal? Heute jedenfalls bringen wir Sie zum Flughafen und wünschen eine angenehme Rückreise.

### 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

### 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
- Landesübliche Trinkgelder