



Nepal Himalaya Reisen Pvt. Ltd.

Tour Programm: 3 Pässe Tour

18.10.2023 Ankunft in Kathmandu

Wir heißen Sie am Flughafen herzlich Willkommen und begleiten Sie zu Ihrem Hotel. Sie lernen Ihren Guide kennen und wir haben Zeit Fragen zu Ihrer 3 Pässe Tour zu beantworten.

Übernachtung im Hotel mit (F)

19.10.2023 Flug von Rhamechap oder Kathmandu nach Lukla und Trekking nach Phakding (2610m)

Heute starten Sie zu Ihrer kleinen Khumbu Tour. Schon früh am Morgen (je nach Flugzeit ist Start in Kathmandu von bis 6 AM) fahren Sie nach Rhamechap und von der den Lukla Flug anzutreten.

In Lukla treffen Sie auf Ihre Träger, die schon warten. Entspannt zur Einstimmung genießen Sie noch einen leckeren Milchtee um danach am gleichnamigen Fluss Dudh (Milch) Khosi auf interessanten Wegen nach Phakding zu wandern.

Bitte informieren Sie sich auf unserem Blogbeitrag über die neue Flugsituation Kathmandu / Lukla [Flüge Kathmandu - Lukla - Nepal Himalaya Reisen \(nepal-trek-tours.de\)](https://www.nepal-trek-tours.de)

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

20.10.2023 Trekking nach Namche Bazar (3440m)

In Monjo geht's hinein in den Sagarmatha National Park. Eine der spektakulärsten und höchsten Hängebrücken Nepals wartet darauf überquert zu werden. Von da ab geht's steil hinauf zum Hauptort der Sherpa, nach Namche Bazar.

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

21.10.2023 Ruhetag zum Akklimatisieren

Kleine Ausflüge in der Umgebung dienen der besseren Höhenanpassung, die unbedingt notwendig ist. Der Weg zum Everest View Hotel oder nach Khumjung sind dabei gute Alternativen.

Übernachtung Lodge (F/M/A)

22.10.2023 Trekking nach Thame (3830m)

Vorbei an Mani Mauern und dem beschaulichen Dorf Phurte wandern wir an einem nicht so schweren Tag nach Thame, im so für Nepal typischen, bergauf – und ab. Im Sherpa Dorf Thame statten wir, dem an einem Hang gebauten Kloster, einen Besuch ab.

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

23.10.2023 Trekking nach Lunden (4368m)

Wir laufen entlang der alten Handelsroute die früher von Nepal nach Tibet zum Salz und Getreide Handel genutzt wurde über eine Moräne. Der Weg verläuft stetig aufwärts.

Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 5 Stunden

24.10.2023 Akklimatisierungstag

Akklimatisierung ist notwendig, da wir uns die kommenden Tage meistens über 5000 Meter aufhalten werden. Wir unternehmen kleine Wanderungen in der Umgebung und erfreuen uns an der fantastischen Landschaft. Übernachtung Lodge (F/M/A)

25.10.2023 Trekking nach Gokyo Lake (4790m) über Renjo La Pass (5355m)

Der Renjo La, als Pass Nummer eins ist zweifelsfrei nicht leicht zu knacken. Ein langer Tag, belohnt mit der überwältigenden Aussicht auf viele schneebedeckte Himalaya Berge. Zum Tagesende geht es wieder etwas hinab nach Gokyo. Heute gibt es unterwegs keine Lodgen, so dass wir Lunch Pakete mitnehmen. Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden

26.10.2023 Gipfeltag Besteigung des Gokyo Ri (5357m) & Trekking nach Thangna (4698m)

Ein anstrengender Tag, reich belohnt mit bombastischen Aussichten. Wieder brechen wir sehr zeitig auf, um den Gokyo Ri zu besteigen. Fast zum Anfassen, so nah, sehen Sie den Everest (8845m), Cho Oyo (8153m), Lhotse (8501m) und den Makalu (8463m). Wieder zurück vom Berg tut ein leckeres Dal Bhaat sicher Kräfte auftanken, ehe Sie weiter nach Thangna, was weit unten am Fuß des Cho La Passes liegt, erreichen. Bei abnehmender Höhe, entlang eines Gletschers wandern Sie den letzten Teil des Tages. Übernachtung Lodge (F/M/S) Wanderzeit etwa: 8 Stunden

27.10.2023 Trekking nach Zongla (4800m) via Chola Pass (5368m)

Heute ist einer der anspruchsvollsten Tage der Tour. Anspruchsvoll und steil geht es vorwärts bis zum Eintreffen in der Lodge. Betonen muss man kaum noch das dafür die Landschaft um Sie herum einiges an Highlights zu bieten hat. Wir werden uns Zeit nehmen und viele Pausen zum Trinken unterwegs einlegen. Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

28.10.2023 Trekking nach Labuche (4910m)

Der Tag gestern hat einiges gefordert, dafür geht es heute meistens gerade aus und gefühlt wird es etwas leichter. Schon am frühen Nachmittag sind wir in Labuche. Entlang der Moräne mit Blicken auf Pumori und Kala Pathar erreichen wir die Lodge. Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 4 Stunden

29.10.2023 Trekking nach Gorak Shep (5140m)

Eine kurze Etappe, jedoch über 5000 Höhenmeter, die sich bemerkbar machen. Der Tag ist noch nicht beendet. Noch einmal, nach kleiner Tee und Erholungspause machen wir uns auf den endlos scheinenden Weg zum Everest Basis Lager. Es lohnt sich, auch wenn man vom Everest „nur“ eine kleine Spitze sieht. Die Naturschönheit, die uns umgibt, kann man mit Worten kaum schildern. Genießen Sie einfach, auch wenn es vielleicht etwas schwerfällt. Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 5 Stunden (plus Basis Lager etwa: 7 Stunden)

30.10.2023 Besteigung des Kala Pathar (5550m)

Sonnenaufgang auf dem Kala Pathar und wir sind dabei! Fotoperspektiven der besonderen Art zeigen sich auf dem Gipfel des Berges, den wir einen scheinbar einfachen, jedoch als Tribut an die Höhe schweren Weg losziehen. Blicke zum Everest (8848m), Lhotse (8516m), Nuptse (7861m), Lingtren (6714m) und den Pumori (7161m), bis weit ins Tal am vorbei schlängelten Khumbu Gletscher sind eine reine Freude und Lohn der Strapazen. Nach der Besteigung wandern wir zurück nach Labuche. Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

31.10.2023 Trekking nach Chukung (4725m) via Kongmala Pass (5510m)

Ein langer Marsch ist es über den Kongmala Pass nach Chukung. Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden

01.11.2023 Trekking nach Tengbuche (3855m)

Zweifelsfrei anstrengende Tage liegen hinter Ihnen. Es wird eine Wohltat sein heute bergab mit der Aussicht auf den Chukung Fluss und das Tal zu laufen. In Dingboche gibt's dann auch erst einmal die

Mittagspause, um am Ende des Trekkingtages in Tengbuche anzukommen. Hier ist eins der ältesten und bekanntesten Klöster im Himalaya beheimatet. Sehen Sie es sich an, es lohnt sich.

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

02.11.2023 Trekking nach Namche Bazar (3440m)

Jeder Schritt fällt leichter bei unserem Abstieg zurück ins Sherpa Hauptdorf Namche Bazar. Besuchen Sie den Markt (immer samstags) oder genießen Sie einen köstlichen Kaffee. Alternativ könnten Sie sich auch das Sherpa Museum ansehen.

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

03.11.2023 Trekking nach Lukla (2840m)

Unsere Tour ist nahezu beendet. Doch noch einmal durch superschöne Landschaften, bewohnt mit herzlichen Menschen, wandern wir weiter Flussabwärts an einem etwas längeren Trekkingtag via Phakding bis Lukla.

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

04.11.2023 Reservetag Trekking

Diesen Tag können Sie gemeinsam mit dem Guide unterwegs situationsbedingt einplanen.

Übernachtung Lodge (F/M/A)

05.11.2023 Flug nach Rhamechap & Fahrt nach Kathmandu

Bei guter Sicht haben Sie noch einmal einen grandiosen Blick auf die Himalaya Bergkette beim Flug zurück ins lebhaft Kathmandu.

Übernachtung im Hotel (F)

06.11.2023 Freie Zeit in Kathmandu (Reservetage)

Reservetage sind notwendig, sollte der Flieger von/nach Lukla wetterbedingt nicht starten können. Nepal hat nicht nur Berge. Kulturell gleicht Kathmandu einem Freilichtmuseum. Gern bieten wir Ihnen eine geführte Besichtigungstour an.

Übernachtung im Hotel mit (F)

07.11.2023 Ausflüge rings um Kathmandu

Noch ein freier Tag, um das Kathmandu Tal zu ergründen. Bhaktapur und Patan mit ihren schönen Königsplätzen, ihren eigenen alten Charme.

Übernachtung im Hotel (F)

08.11.2023 Rückflug nach Hause

Abreise und Transfer zum Flughafen. Wir wünschen eine gute Heimreise.

Inklusive Leistungen:

- ✓ Alle Transfers wie beschrieben
- ✓ Übernachtung mit Frühstück in Kathmandu im DZ
- ✓ Englischsprechender Trekking Guide
- ✓ Assistent Guide ab 4 Teilnehmer
- ✓ Träger während des Trekkings (pro Person max. 13Kg)
- ✓ Nationalpark Eintritt
- ✓ Village Development Eintritt in Lukla
- ✓ Flug Rhamechap – Lukla – Rhamechap

- ✓ Übernachtung in einfachen Lodgen während des Trekkings in DZ
- ✓ Krankenversicherung der Crew
- ✓ Vollverpflegung während des Trekkings

Nicht enthaltene Leistungen

- Internationaler Flug
 - Visagebühren bei Einreise
 - Persönliche Ausgaben
 - Reiseversicherungen inkl. Helikopter Flug
 - Alk. und Softgetränke, Wasser
 - Heiße Duschen & Akkuladegebühren während des Trekkings
 - Wifi Gebühren beim Trekking
 - Übergepäck Inland Flug
 - Trinkgelder
-

Reisekosten ab 4 Teilnehmern:	1950 Euro
Reisekosten ab 6 Teilnehmern:	1860 Euro