



Nepal Himalaya Reisen Pvt. Ltd.

Mit dem Original nach Nepal

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

Gokyo Tal & Everest Basis Lager

- | | |
|-------------------|--|
| ➤ Beste Reisezeit | März / April & September bis Dezember |
| ➤ Schwierigkeit | anspruchsvolles Trekking |
| ➤ Höchster Punkt | 5550 Meter / Kala Pathar |
| ➤ Reisedauer | 19 Tage |
| ➤ Trekking Tage | 14 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	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 Dhole (4110m)	ÜN Lodge (F/M/A)
06 Tag	Trekking nach Machermo (4470m)	ÜN Lodge (F/M/A)
07 Tag	Trekking nach Gokyo (4790m)	ÜN Lodge (F/M/A)
08 Tag	Besteigung Gokyo Ri (5357) Trekking nach Thangna	ÜN Lodge (F/M/A)
09 Tag	Trekking nach Zongla (4740m) via Chola Pass (5368m)	ÜN Lodge (F/M/A)
10 Tag	Trekking nach Labuche (4910m)	ÜN Lodge (F/M/A)
11 Tag	Trekking nach Gorak Shep (5140m)	ÜN Lodge (F/M/A)
12 Tag	Trekking nach Pheriche & Besteigung Kala Pathar	ÜN Lodge (F/M/A)
13 Tag	Trekking nach Tengbuche (3870m)	ÜN Lodge (F/M/A)
14 Tag	Trekking nach Namche Bazar (3440m)	ÜN Lodge (F/M/A)
15 Tag	Trekking nach Lukla (2840m)	ÜN Lodge (F/M/A)
16 Tag	Flug nach Kathmandu	ÜN Hotel (F)
17 Tag	Kathmandu	ÜN Hotel (F)
18 Tag	Kathmandu	ÜN Hotel (F)
19 Tag	Heimreise	

Reisebeschreibung:

Ankunft in Kathmandu

Wir heißen Sie am Flughafen herzlich Willkommen und begleiten Sie zu Ihrem Hotel. Dort lernen Sie Ihren Guide kennen. Am Abend laden wir Sie ein zu einem kleinen Abendessen.

Übernachtung im Hotel mit (A)

Flug nach Lukla und Trekking nach Phakding (2610m)

Schon der Landeanflug in Lukla ist ein Erlebnis. Die noch kurze folgende Etappe bis Phakding versetzt den Wanderer in die großartige Landschaft mitten im Khumbu Gebiet.

Wanderzeit etwa: 4 Stunden

Trekking nach Namche Bazar (3440m)

Jetzt geht's hinauf, über eine spektakuläre Hängebrücke sowie durch malerische Dörfer nach Nasche Bazar, dem Handelszentrum der Sherpa Volksgruppe. Am letzten Teil des Tages wird noch einmal alles gefordert, wenn es heißt immer steil hinauf zu wandern.

Wanderzeit: 8 Stunden

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)

Trekking nach Dhole (4110m)

Bis Sanasa folgen wir dem eher geradeaus führenden Weg. Die Ama Dablam immer in Sichtweite passieren wir die 4000 Meter Marke bei Song Danda. Ein zu Eis erstarrter Wasserfall und Rhododendrenwälder, die im Frühjahr in vielen Farben blühen sind unsere Wegbegleiter bis zur Lodge nach Dhole.

Wanderzeit etwa: 6 Stunden

Trekking nach Machermo (4470m)

Für eine bessere Höhenanpassung heute noch einmal eine kürzere, aber wunderschöne Etappe entlang der Baumgrenze weiter hinein ins Tal. Die 6000'ter Cholatse und Tabuche Peak, auf der anderen Seite sind schön anzusehen. Den Nachmittag haben Sie Zeit zum Entspannen oder unternehmen kleine Ausflüge in die Umgebung.

Wanderzeit etwa: 4 Stunden

Trekking nach Gokyo (4790m)

Der türkisgrün schimmernde Gokyo See empfängt uns nach einer eher kürzeren Wanderung talaufwärts. Ein leckeres Das Bhaat (nepalesisches Nationalgericht) wartet mittags in der Lodge. Frisch gestärkt nutzen wir den Nachmittag in Tokyo zu einem Höhenausflug zum Ngozumba Gletscher.

Wanderzeit etwa: 5 Stunden

Besteigung Gokyo Ri (5357m) und Trekking nach Thangna (4689m)

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.

Wanderzeit etwa: 8 Stunden inkl. Gokyo Ri

Trekking nach Zongla (4738m) via Chola Pass (5368m)

Die phänomenale Landschaft auf der heutigen Etappe hat einiges an Highlights zu bieten. Doch der steile Passweg über den Chola fordert einiges ab. Anspruchsvoll und steil geht es vorwärts bis zum Eintreffen in der Lodge.

Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Trekking nach Labuche (4910m)

Der gewaltige Pumori (7161m) gerät heute ins nähere Blickfeld. 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 Lobuche. Entlang der Moräne mit Blicken auf Pumori und Kalar Patar erreichen wir die Lodge.

Wanderzeit etwa: 4 Stunden

Trekking nach Gorak Shep (5140m)

Eine kurze Etappe, jedoch über 5000 Höhenmeter, die sich bemerkbar machen, wenn wir in Gorak Shep mittags ankommen. Der Tag ist noch nicht beendet. Noch einmal, nach kleinerer 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.

Wanderzeit etwa: 5 Stunden plus Basis Lager etwa: 7 Stunden

Trekking nach Pheriche (4255m) & Besteigung Kala Pathar (5550m)

Auf dem Gipfel des Kala Pathar haben Sie ein traumhaftes Panorama auf so viele schneebedeckte Berge. Der Khumbu Gletscher schlängelt sich tief unten doch die Hochgebirgslandschaft. Langsam steigt die Sonne auf und lässt die Eisgiganten in verschiedensten Farben erleuchten. In Pheriche lassen wir den Tag ausklingen.

Wanderzeit etwa: 8 Stunden

Trekking nach Tengbuche (3870m)

Ein so eindrucksvolles Kloster im Himalaya, Tengbuche, ist fast ein Muß. Leichten Schrittes wieder bergab in niedere Lagen erreichen wir diesen wunderschönen Ort, wo das älteste und schönste Kloster beheimatet ist. Und dies noch dazu mit einer gigantisch schönen Bergkulisse. Schauen Sie sich unbedingt das buddhistische Kosten an, vielleicht ist gerade Gebetszeremonie (Puja), dann bleiben Sie dabei.

Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Trekking nach Namche Bazar (3440m)

Noch einmal heute wird es recht entspannt, bei unserer Wanderung zurück in das Sherpa Handelszentrum Namche Bazar. Der Ort wartet mit einigen Annehmlichkeiten nach anstrengenden Tagen. Besuchen Sie das Sherpa Museum. Es lohnt sich.

Wanderzeit etwa: 6 Stunden

Trekking nach Lukla (2840m)

Unsere Tour ist nahezu beendet. Doch noch einmal durch super schöne Landschaften, bewohnt mit herzlichen Menschen wandern wir weiter Flussabwärts via Phakding bis nach Lukla. Noch einmal ein etwas längerer Tag an dem es bis auf einen letzten kleinen Anstieg kurz vorm Ziel, meist bergab geht.

Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Flug nach Kathmandu

Bei guter Sicht haben Sie noch einmal einen grandiosen Blick auf die Himalaya Bergkette beim Flug zurück ins lebhaft Kathmandu. Der restliche Tag liegt ganz in Ihrem Ermessen. Ausruhen, einkaufen, Kultur – viele Möglichkeiten stehen offen.

Übernachtung Hotel (F)

Ausflugs Tag in Kathmandu

Dieser und der nächste Tag sind zur Reserve, sollte es wetterbedingte Flugverschiebungen von/nach Luka geben. Optionen, die Zeit zu verbringen, gibt es reichlich. Entweder allein oder mit uns geführt (optional), sehen Sie mit viel Begeisterung den größten Stupa in Boudha, den heiligen Tempel Bezirk Pashupatinath, eine buddhistische Tempel Anlage voller Affen (Swayambu) oder den Plast einer königlichen Kindesgöttin. Informieren Sie uns bitte sollten Sie eine geführte Tour (auch in Deutsch) bevorzugen.

Übernachtung Hotel (F)

Freie Zeit im Kathmandu Tal

Heute wäre die Gelegenheit Bhaktapur einen Besuch abzustatten. Die Stadt mit dem wunderschönen Königsplatz hat gelitten nach dem Erdbeben, keine Frage. Doch noch immer versprüht der Ort den alten Charme. Stück für Stück werden die alten Häuser und Tempel wiederaufgebaut.

Übernachtung im Hotel (F)

Heimreise

Wir hoffen Sie hatten eine schöne Zeit in Nepal. Vielleicht kommen Sie ja noch einmal wieder. Pünktlich vor Start begleiten wir Sie zum Flughafen und wünschen eine schöne Reise.

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

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

