



Nepal Himalaya Reisen Pvt. Ltd.

Tour Programm: Island Peak Besteigung
Kleingruppenreise bis 6 TN

20.10.2024 Ankunft in Kathmandu

Abholung vom Flughafen und Transfer zum Hotel. Kleines Briefing zur Tour und Kennenlernen Ihres Guides. Übernachtung im Hotel mit (F)

(Sollte Ihre Ankunft recht spät am Nachmittag sein, raten wir dazu einen Tag eher anzureisen und in Kathmandu zu bleiben. Da meist morgens gegen 2 Uhr nach Rhamechap gestartet wird.

21.10.2024 Flug von Rhamechap nach Lukla und Trekking nach Phakding (2610m) oder Monjo

Schon früh am Morgen fahren Sie nach Rhamechap und von dort fliegen Sie nach Lukla. 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

22.10.2024 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

23.10.2024 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)

24.10.2024 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

25.10.2024 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

26.10.2024 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 Bergsteiger. Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

27.10.2024 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

28.10.2024 Besteigung Kala Pathar (5550m) und Trekking nach Labuche

Einstimmung auf den Island Peak. Inklusive 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

29.10.2024 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. Morgen startet endlich Ihr Abenteuer richtig und

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

30.10.2024 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

31.10.2024 Gipfel Besteigung Island Peak (6189m)

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, Amalapha, 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

01.11.2024 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)

02.11.2024 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

03.11.2024 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

04.11.2024 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

05.11.2024 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)

06.11.2024 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 optional als geführte Tour organisiert mit uns. Übernachtung Hotel (F)

07.11.2024 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. Wir helfen Ihnen gern weiter mit Ideen wie Sie den Tag gestalten könnten. Übernachtung im Hotel (F)

08.11.2024 Heimreise

Transfer zum Flughafen

Inklusive Leistungen:

- ✓ Alle Transfers wie beschrieben
- ✓ Übernachtung mit Frühstück in Kathmandu im DZ (gutes Mittelklasse Hotel)
- ✓ Englischsprechender Trekking Guide
- ✓ Träger während des Trekkings (pro Person max. 13Kg)
- ✓ Assistent Guide englischsprechend ab 4 Teilnehmern
- ✓ Nationalpark Eintritt
- ✓ Khumbu Trek Card
- ✓ Flug Rhamechap – Lukla – Rhamechap inkl. Airport Tax & Transport von/ nach Kathmandu
- ✓ ÜN in landestypischen Lodgen während des Trekkings im DZ
- ✓ Krankenversicherung, Verpflegung und ÜN der Crew
- ✓ Vollverpflegung während des Trekkings
- ✓ Gokyo & Everest Wanderkarte

Zusätzlich Island Peak

- ✓ Koch, Begleitmannschaft, Zelte (2 Mann Zelte), Toiletten – und Küchenzelt, Camping-Equipment, Iso Matten am Island Peak
- ✓ Vollverpflegung während der Besteigung inkl. Wasser/Tee - unlimitiert (einfache lokale Kost)
- ✓ Lizensierter englischsprechender Climbing Guide
- ✓ Peak Permit (je TN 125 \$ im Herbst)
- ✓ Alle erforderlichen und staatl. angeordneten Crew Zusatzversicherungen
- ✓ Versicherungen inkl. extra Lebensversicherung der Climber
- ✓ Befestigungs – und Fix Seile
- ✓ Müll Kaution

Nicht enthaltene Leistungen

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

Reisekosten bei 4 Teilnehmer je Person: 2450 Euro
Ab 6 Teilnehmer je Person: 2290 Euro

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

Bevor es zum Gipfel hinauf geht, bekommen Sie eine Einführung und ein kleines Bergtraining von unserem erfahrenen Berg Guide. Unsere Leute helfen beim Absichern und haben ebenso ein sorgsames Auge auf Sie.

Ihre persönliche Kletter-und Eisausrüstung, wie Eispickel, Karabiner Haken, Helm und Steigeisen können Sie selbst mitbringen. 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) treten auf. Anzuraten ist ein Schlafsack von **minus 15 - 20 Grad im Komfort Bereich**. Isomatten werden von uns gestellt.*