LOBUCHE EAST (6119 M) UND ISLAND PEAK (6189 M) BERGEXPEDITION AUF ZWEI 6000ER IM KHUMBU-GEBIET

Ort: Nepal
Reisedauer: 22 Tage
Teilnehmerzahl: 8 - 12
Schwierigkeit: Leicht bis mittel
Reiseart: Bergexpeditionen und Gipfeltouren,

Diese Trekking-Expedition zum Lobuche East und Island Peak verbindet eine landschaftlich großartige Trekkingtour auf teilweise wenig begangenen Pfaden durch das Khumbu-Gebiet mit zwei der besten Aussichtsberge der gesamten Region!

Diese Expedition verbindet eine landschaftlich großartige Trekkingtour auf teilweise wenig begangenen Pfaden durch das Khumbu-Gebiet mit zwei der besten Aussichtsberge der gesamten Region. Zwei 6000er in einer Tour Die beiden Gipfelbesteigungen sind technisch vergleichbar mit Normalrouten anspruchsvollerer Westalpen-4000er, jedoch in ungleich größerer Höhe! Eine Akklimatisationstour auf den Gokyo Ri (5360 m)

sowie eine herausfordernde Passüberschreitung runden das Gesamterlebnis dieser Tour ab, deren Tagesetappen auch insgesamt deutlich anspruchsvoller sind, als die des „normalen“ Everest-Trekkings. Guter Einstieg in die Welt der Expeditionen Dennoch ist diese Tour durchaus geeignet für Expeditionsneulinge, setzt aber sehr gute Kondition und Fitness sowie profunde Bergerfahrung voraus.

Inklusivleistungen

- Linienflug ab/an Frankfurt (weitere Abflughäfen auf Anfrage) nach Kathmandu und zurück mit Etihad Airways oder anderer Fluggesellschaft in Economy Class
- Deutsch sprechende Reiseleitung
- Zusätzliche Englisch sprechende Bergführer (beim Gipfelaufstieg je ein Bergführer für 3-4 Bergsteiger)
- Inlandsflüge Kathmandu – Lukla und zurück in Economy Class
- Alle Fahrten in privaten Fahrzeugen
- Beim Trekking Träger für max. 15 kg persönliches Gepäck
- Zeltausrüstung in den Hochlagern
- Gipfelgebühren und Nationalparkeintritt
- Alle Eintrittsgelder laut Programm
- Trekkingsack
- 2 Ü: Zelt
- 2 Ü: Hotel im DZ
- 15 Ü: Lodge im DZ
- Mahlzeiten: 19×F, 15×M, 2×M (LB), 19×A

Zusatzleistungen

Rail & Fly	*50€*
Zubringerflug ab D/A/CH	*auf Anfrage*

Reiseverlauf

1. Anreise	Flug nach Kathmandu.
2. Kathmandu	Am Nachmittag erreichen Sie Kathmandu, die Hauptstadt Nepals. Transfer zum Hotel im Stadtzentrum. Am Abend treffen Sie sich zum traditionellen Begrüßungsessen. Übernachtung im Hotel.
3. Kathmandu – Lukla (2840 M) – Phakding (2610 M)	Bereits am frühen Morgen werden Sie zum Flughafen gebracht. Ein 40-minütiger Panoramaflug entlang der Himalaya-Hauptkette bringt Sie nach Lukla. Nach kurzer Rast in Lukla starten Sie Ihre Trekkingtour nach Phakding. Zunächst steigen Sie ins Tal ab und folgen dann dem Weg flussaufwärts. Übernachtung in einfacher Lodge. (Gehzeit ca. 3-4h, 70 m?, 300 m?).
4. Phakding (2610 M) – Monjo – Namche Bazar (3440 M)	Zunächst folgen Sie weiter dem tief eingeschnittenen Tal des Dudh Koshi und betreten bei Monjo den Sagarmatha-Nationalpark (UNESCO-Weltnaturerbe). Die letzten 2-3h geht es steil hinauf nach Namche Bazar (3440 m). Während des Anstiegs kann man gleich nach einer beeindruckenden Hängebrücke mit

	etwas Glück bereits den Mount Everest sehen. In der „Sherpa-Hauptstadt“ Namche Bazar haben Sie Zeit für einen Bummel durch den Ort und richten sich für zwei Nächte in einer gemütlichen Lodge ein. (Gehzeit ca. 6h, 1075 m?, 245 m?).
5. Namche Bazar	Ruhetag in Namche Bazar. Wer möchte, kann eine kleine Wanderung in Richtung Thame, Khumjung oder Syangboche unternehmen, das Sherpa-Museum besuchen oder sich einfach in das lebendige Treiben des Basars begeben und durch die engen Gassen spazieren. Übernachtung wie am Vortag.
6. Namche Bazar (3440 M) – Phortse Tenga (3680 M)	Der Weg verläuft hoch über dem Dudh Koshi, und bald lassen Sie die Hauptroute in Richtung des berühmten Klosters Tengboche und zum Mount-Everest-Basislager rechts liegen. Stattdessen biegen Sie linker Hand, zunächst ansteigend über einen kleinen Pass, in das nach Gokyo führende Tal ein. Übernachtung in einfacher Lodge. (Gehzeit ca. 5h, 530 m?, 300 m?).
7. Phortse Tenga – Dole (4200 M) – Machhermo (4410 M)	Der Trekkingtag beginnt mit dem langgezogenen Anstieg nach Dole, der durch Rhododendronwälder aus dem Tal des Dudh Koshi hinausführt. Über einen Seitenkamm geht es dann in mäßiger Steigung an den Ortschaften Lhabarma und Luza vorbei bis nach Machhermo. Übernachtung in einfacher Lodge. (Gehzeit ca. 5h, 730 m?, 50 m?).
8. Machhermo (4410 M) – Gokyo (4790 M)	Immer am westlichen Talhang bleibend geht es den mächtigen, zu Füßen des Cho Oyu (8201 m) entspringenden Ngozumpa-Gletscher entlang. Vorbei an den ersten beiden Seen von Gokyo erreichen Sie schließlich die gleichnamige Ortschaft, die direkt am dritten See liegt und von einer faszinierenden Welt aus Eis, Schnee und Fels umgeben ist. Übernachtung in einfacher Lodge. (Gehzeit ca. 4-5h, 380 m?).
9. Gokyo – Gokyo Ri (5360 M) – Dragnag (4700 M)	Am zeitigen Morgen brechen Sie auf, um den Aussichtsgipfel Gokyo Ri zu besteigen. Vom Gipfel bietet sich ein toller Ausblick auf die vier 8000er Mount Everest, Cho Oyu, Lhotse und Makalu. Nach dem Abstieg rasten Sie in der Lodge und überqueren anschließend auf einem Pfad den schuttbedeckten Ngozuma-Gletscher, der der größte Gletscher Nepals ist. Schließlich erreichen Sie die kleine Siedlung Dragnag. Übernachtung in einfacher Lodge. (Gehzeit insgesamt ca. 5-6h, 670 m?, 760 m?).
10. Dragnag (4700 M) – Cho-La-Pass (5330 M) – Dzonghla (4830 M)	Über eine steile Geröllmoräne geht es zum Fuße des eigentlichen Passaufstiegs und final über leichte Felspassagen auf den Cho La – mit 5330 m fast genauso hoch wie der am gestrigen Tag zur Akklimatisation bestiegene Gokyo Ri. Vor Ihnen die erhebt sich die steile Spitze des Lobuche East. Der Weg führt nach dem Pass über ein ausgedehntes Schneefeld und dann steil absteigend zu den Yak-Weiden von Dzonghla, wo nochmals in einer sehr einfachen Lodge übernachtet wird. (Gehzeit ca. 6-8h, 630 m?, 500 m?).
11. Dzonghla (4830 M) – Lobuche-Hochlager	Kurz hinter Dzonghla zweigt der Weg linkshaltend ab

(5100 M)	und nach der Querung einiger Hänge steigen Sie über einen Pfad auf in Richtung Lobuche-Hochlager. Der Pfad führt über Geröll und einige steilere Abschnitte zu einem kleinen See. Von da erreichen Sie teilweise weglos über Fels und geneigte Platten schon bald das Hochlager. Übernachtung im Zelt. (Gehzeit ca. 3h, 300 m?).
12. Hochlager (5100 M) – Lobuche East (6119 M) – Lobuche (4910 M)	Am Gipfeltag heißt es zeitig aufstehen, denn die Sonne scheint bereits früh in die Route und weicht den Schnee auf. Die Aufstiegsroute verläuft zunächst über Platten, Blockwerk, Geröll und kleinere Felsstufen; auch einige leichte Kletterpassagen sind zu überwinden. Danach geht es über eine Schneeflanke zum Fuße des geschwungenen Südostgrates, über den der Gipfel in Angriff genommen wird. Der Aufstieg verläuft meist in der Flanke neben dem eigentlichen Grat, ist stellenweise bis zu 45-60° steil und wird an schwierigen Passagen mit Fixseilen versehen. Nach ca. 4-5h Aufstieg ist der Ostgipfel (ca. 5955 m) der oft überwechteten Gratschneide des Lobuche East erreicht; je nach Verhältnissen kann auch der Hauptgipfel (6119 m) bestiegen werden. Der Abstieg erfolgt auf der gleichen Route zurück zum Hochlager, wo das Küchenteam Sie mit einer stärkenden Mahlzeit empfängt. Am Nachmittag erfolgt der weitere Abstieg über eine andere Route hinunter ins Tal, wo sie auf die Hauptroute zum Everest-Basislager trifft. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit am Gipfeltag insgesamt ca. 8-10h, 885 m?, 1045 m?)
13. Lobuche (4910 M) – Everest Basislager (5350 M) – Lobuche (4910 M)	Der heutige Tag kann zum Ausruhen und Erholen genutzt werden. Optional kann das Everest-Basislager besucht werden, was besonders im April und Mai lohnenswert ist, wenn viele Expeditionen den höchsten Berg der Welt angehen. Alternativ bietet sich auch die Besteigung des Aussichtsgipfels Kala Pattar (5550 m) an, von dem aus man den Mt. Everest besonders in den Abendstunden schön sieht. Übernachtung wie am Vortag. (Gehzeit ca. 8-10h, 650 m?, 650 m?).
14. Lobuche (4910 M) – Dughla – Chhukhung (4730 M)	Die heutige Tagesetappe führt nach .Chhukhung, der letzten Siedlung im östlichen Seitenarm des Dudh-Koshi-Tales. Die leichte Wanderung folgt zunächst dem Khumbu-Tal leicht bergab, dann über Dingboche (4410 m) ins Nachbartal. Am Nachmittag erreichen Sie Chhukhung. Übernachtung in einfacher Lodge. (Gehzeit ca. 4h, 320 m?, 500 m?)
15. Chhukhung (4730 M) – Island Peak-Basislager (5100 M)	Eine kurze Etappe führt von Chhukhung durch das Imja-Tal zum Island Peak-Basislager. Übernachtung im Zelt. (Gehzeit ca. 2-3h, 370 m?).
16. Island Peak-Basislager (5100 M) – Island Peak (6189 M) – Chhukhung (4730 M)	Bereits zwischen 3 und 5 Uhr morgens beginnen Sie mit dem Aufstieg, der zunächst über felsiges Gelände, schließlich über den Gletscher zur markanten Gipfelspitze führt. Wenn alles gut geklappt hat, stehen Sie am Vormittag auf dem Gipfel des Island Peak und genießen das Bergpanorama mit Ama Dablam, Lhotse und Makalu. Anschließend geht es auf dem gleichen

	Weg wieder hinunter ins Basislager. Sollte am Nachmittag noch genügend Zeit für den Abstieg bis nach Chhukhung sein, können Sie bereits wieder in der gemütlichen Lodge übernachten. Übernachtung im Zelt oder Lodge. (Gehzeit ca. 9-12h, 1080 m?, 1450 m?).
17. Chhukhung (4730 M) – Dudh Koshi – Tengboche (3860 M)	Entlang des Dudh Koshi wandern Sie talwärts, vorbei an mehreren hübschen Sherpa-Siedlungen bis nach Tengboche (3800 m), wo das berühmte Sherpa-Kloster Ihr Tagesziel darstellt. Übernachtung in einer Lodge unweit des Klosters. (Gehzeit ca. 6h, 110 m?, 980 m?).
18. Tengboche (3860 M) – Namche Bazar (3440 M)	Der Rückweg durch das langgestreckte Khumbu-Tal führt Sie wieder in die Sherpa-Hauptstadt Namche Bazar. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 5h, 280 m?, 700 m?).
19. Namche Bazar (3440 M) – Lukla (2840 M)	Auf der letzten Tagesetappe geht es auf der bereits vom Hinweg bekannten Route nun wieder zurück nach Lukla, dem Ausgangspunkt der Trekkingtour. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 6-7h, 350 m?, 950 m?).
20. Lukla (2840 M) – Kathmandu	Früh am Morgen begeben Sie sich auf den Flugplatz. Der Flug nach Kathmandu ist erneut ein Erlebnis für sich, anschließend Transfer ins Hotel. Der Rest des Tages steht für individuelle Besichtigungen zur freien Verfügung. Am Abend gibt es das traditionelle, gemeinsame Abschiedsessen. Übernachtung im Hotel.
21. Kathmandu	Je nach Flugplan steht noch einmal ein halber oder ganzer Tag für einen letzten Einkaufsbummel oder weitere Besichtigungen zur freien Verfügung. Am Nachmittag oder je nach Flugplan spätestens am nächsten Morgen Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.
22. Rückreise	Ankunft in Deutschland.

Termin	Preis
~~04.10.2020 – 25.10.2020~~ — Kontaktiere uns	~~3990€~~

Leistungen

- Linienflug ab/an Frankfurt (weitere Abflughäfen auf Anfrage) nach Kathmandu und zurück mit Etihad Airways oder anderer Fluggesellschaft in Economy Class
- Deutsch sprechende Reiseleitung
- Zusätzliche Englisch sprechende Bergführer (beim Gipfelaufstieg je ein Bergführer für 3-4 Bergsteiger)
- Inlandsflüge Kathmandu – Lukla und zurück in Economy Class
- Alle Fahrten in privaten Fahrzeugen
- Beim Trekking Träger für max. 15 kg persönliches Gepäck
- Zeltausrüstung in den Hochlagern
- Gipfelgebühren und Nationalparkeintritt
- Alle Eintrittsgelder laut Programm
- Trekkingsack
- 2 Ü: Zelt

- 2 Ü: Hotel im DZ
- 15 Ü: Lodge im DZ
- Mahlzeiten: 19×F, 15×M, 2×M (LB), 19×A

Keine Leistungen

- Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- Visum (ca. 36 €)
- optionale Ausflüge
- Khumbu Pasang Lhamu Rural Municipality Fee (NPR 2000/ca. 20 €)
- Unterwegsverpflegung (z. B. Schokolade und Energieriegel)
- persönliche Bergsteigerausrüstung
- Trinkgelder
- Persönliches

Zusatzinfos

- Anspruchsvolle Passüberschreitung des Cho La (5330 m)
- Zwei aufregende Anstiege durch Firnflanken teilweise am Fixseil
- Besteigung Gokyo Ri (5360 m) mit Blick auf vier 8000er: Cho Oyu, Mt. Everest, Lhotse, Makalu
- 40-minütiger Panoramaflug nach/von Lukla

Kontakten

uTime UG (haftungsbeschränkt)
Louisenstraße 81, 01099 Dresden, Deutschland

Tel: 0351 27558796

Mobil: 0157 54547301

Facebook Twitter Youtube

Anfrage

Termin

Teilnehmer 1

Kinder

Ihre Bemerkung zur Anfrage

Zusatzleistungen

❏ Rail & Fly 50 €/Person

❏ Zubringerflug ab D/A/CH €/Person

Verpflegungskosten

Informationen zur Anreise Keine

❍ Ich möchte folgende Versicherungen buchen

- ❏ Rundlum Sorglos-Schutz
- ❏ Reiserücktritt-Versicherung
- ❏ Reisekranken-Versicherung

❍ Ich möchte nur Infos zu den Versicherungen

❍ Ich bin bereits ausreichend versichert

- ❏ Rail & Fly -   mit dem Zug zum Flug

Kontaktdaten

Anrede Herr

Vorname

Nachname

Straße

Stadt

Ort

Email

Telefonnummer

Rückrufzeit

❏ Ich akzeptiere die Datenschutzerklärung der uTime UG (haftungsbeschränkt)
Bitte beachten Sie unsere Datenschutzerklärung , in der wir Sie über Art, Umfang und Zweck der Datenerhebung und -verwendung sowie Ihr Widerspruchsrecht informieren.

❏ Ich akzeptiere die allgemeinen Geschäftsbedingungen

Reset Print