

ASIEN: NEPAL

EVEREST BASECAMP & ISLAND PEAK TREKKING

- > Panoramaflug entlang des Himalaya-Hauptkamms
- > Aussichtsgipfel Kalar Pattar
- > Kathmandu und das Tal intensiv
- > herrliche Panoramablicke auf die gewaltigsten 8.000er unserer Welt
- > Besuche der schönsten Klöster der Everest-Region

Den Spuren von Sir Edmund Hillary, dem Erstbesteiger des Mt. Everest, folgen wir auf dieser Nepal Reise durch die grandiose Bergwelt des Solo Khumbu bis hinauf zum Everest Base Camp. Dabei erreichen wir mit dem Kloster Tengboche einen der schönsten Plätze im nepalesischen Everestgebiet. Vom Aussichtsberg Kalar Pattar (5.600 m) ist die Sicht auf den höchsten Berg der Welt und die umliegenden Eisriesen bei klarem Wetter atemberaubend. Einen weiteren Höhepunkt dieser Nepal Reise bietet die Besteigung des 6.189 m hohen Island Peak. Alternativ besteht die Möglichkeit zu einem interessanten Ersatzprogramm im grandiosen Chukung Tal, wie z. B. das Erwandern der Aussichtsberge Chukung Ri und Nagkargatsang.



REISEDETAILS

1. - 23. Reisetag: Nepal Trekkingreise mit Everest Basecamp & Island Peak

1. Tag: Individueller Flug von Deutschland nach Kathmandu

(Gerne senden wir Ihnen ein passendes Flugangebot ab Ihrem Wunschflughafen)

2. Tag: Ankunft in Kathmandu

Ankunft in Kathmandu, der Hauptstadt von Nepal und Beginn unserer Nepal Reise. Nach dem

Transfer zu unserem Hotel in Kathmandu im Thamel Viertel haben wir Zeit für einen ersten Spaziergang auf eigene Faust oder zum Ausruhen im Hotel. -/-

3. Tag: Erkundung des Kathmandu Tal's

Den ersten Tag unserer Nepalreise werden wir ausführlich nutzen, um die Vielseitigkeit des Kathmandu Tals zu erkunden. Nach dem Frühstück geht es zu den beiden bedeutendsten Heiligtümern im Tal von Kathmandu: Pashupatinath und Bodhnath.

Die Bodhnath Stupa ist großer Anziehungspunkt zahlreicher buddhistischer Pilger aus ganz Nepal. Der Pashupatinath Tempel im Nordosten von Kathmandu zählt hingegen zu den bedeutendsten hinduistischen Heiligtümern und versetzt Nepal Reisende an den Ghats des Bagmati Flusses im aufstrebenden Rauch der verbrennenden Leichen in eine melancholische Stimmung. F/-/

4. Tag: Kathmandu - Flug nach Lukla - Start des Trekkings bis Phakding

Ein recht witterungsabhängiger Flug bringt uns heute von Kathmandu nach Lukla (2.850 m). Hier erwartet uns schon unser erfahrenes Team aus Sherpas und unserem Trekking Guide. Wir schultern die Rucksäcke und starten zur ersten Etappe unserer Nepal Trekking Reise bis Phakding (2.600 m). Hier können wir einen ersten Blick auf die Berge Kangtenga und Thamserku werfen.

F/M/A

5. Tag: Phakding - Trek nach Namche Bazar

Durch wunderschöne Terrassenlandschaften und vorbei an malerischen kleinen Dörfern und Weilern erreichen wir am Nachmittag Namche Bazar (3.440 m). Ca. 10km, ca. 6 Std. F/M/A

6. Tag: Namche Bazar - Tag zur Akklimatisierung / optionale Wanderung

Einen Tag lang verweilen wir in Namche Bazar und gönnen uns die notwendige Ruhe und Zeit zur Akklimatisation an die dünne Luft.

Wer mag, kann den Tag auch für eine Tageswanderung nach Khumjung (3.750 m / 13km, ca. 4 Std.) nutzen, wo wir den Blick über die Berge Kangtega, Thamserku und auf die Amadablam schweifen lassen können. F/M/A

7. Tag: Namche Bazar - Trek über Thame nach Khunde

Wir setzen unsere Nepal Trekking Reise über Phurte (3.390 m) und Thamo (3.493 m) nach Thame (3.940 m) fort und besuchen das dortige Kloster. Unser Nachtlager beziehen wir schliesslich in Khunde (3840m). Ca. 12 km, ca. 7 Std F/M/A

8. Tag: Khunde - Wanderung nach Tengboche

Auf einem Panoramaweg mit herrlicher Aussicht auf die Bergwelt Nepals geht es weiter bis Phungithanga (3.250 m) und Khumjung (3.780 m) zum Kloster Tengboche - dem wichtigsten buddhistischen Kloster in dieser Region - direkt vor dem Amadablam gelegen. Ca. 7 km, ca. 6 Std. F/M/A

9. Tag & 10. Tag: Tengboche - Trek über Periche nach Tughla

Dem Tal des Imja Khola folgend geht unsere Wanderung in Richtung Mt. Everest über Diboche (3.820 m), Pangboche (3.930 m), Orsho (4.190 m), den Periche Pass (4.270 m) bis nach Periche

(4.270 m). Ca. 10 km, ca. 6 Std. / Am 10. Tag erreichen wir Tughla (4.620 m). Ca. 5 km, ca. 5 Std.
2x F/M/A

11. Tag: Tughla - Trek via Lobuche Pass nach Lobuche

Einen der berühmtesten Aussichtsberge im Everest Gebiet und in ganz Nepal, den Kalar Pattar (5.550 m) mit unglaublicher Aussicht auf die umliegenden 8000er Eisriesen, erreichen wir über den Lobuche Pass (5.110 m) und Lobuche (4930m), wo wir heute übernachten werden. F/M/A

12. Tag Tag: Tughla - Lobuche Kalar Pattar - Everest BC - Loboche

Einer der Höhepunkte unserer Nepal Trekkingreise erwartet uns am heutigen Tag! Entlang des dramatischen Khumbu Eisfalls wandern wir zum Everest Basecamp (5.400m). Von hier aus können wir die Blicke in alle Richtungen weit schweifen lassen und es fällt sehr schwer, sich hier wieder los zu reißen. Doch irgendwann ist es soweit und wir treten den Weg hinunter nach Ghorak Shep (5170m) an. Ca. 8 km, ca. 6-7 Std. F/M/A

13. Tag: Gipfelsturm Kalar Patthar - Trek nach Dingboche

Früh am Morgen klingelt heute der Wecker, denn wir wollen pünktlich zum Sonnenaufgang auf dem Südgipfel des Aussichtsberges Kalar Patthar (5545m) ankommen. Die Wanderung ist in rund 2 Stunden gut zu schaffen und vom Gipfel aus haben wir einen spektakulären Blick auf den Mount Everest im rot-goldenen Licht der aufgehenden Sonne.

Im Anschluss führt uns unsere heutige Trekking-Etappe hinab nach Dingboche (4260m). F/M/A

14. Tag: Dingboche - Trek nach Chhukung - Vorbereitung auf die Island Peak Besteigung

Am Nachmittag erreichen wir Chhukung (4.730 m) im gleichnamigen Tal. Hier werden alle, die sich für die Gipfelbesteigung des Island Peak angemeldet haben in die Kunst des Seilkletterns eingeführt. Ca. 10 km, ca. 6-7 Std. F/M/A

15. Tag: Aufstieg zum Island Peak Basecamp

Nach einer verhältnismäßig kurzen Wanderung von gut 3 Stunden erreichen wir heute schon früh das Island Peak Basislager (5200m). F/M/A ÜN im Zeltlager

16. Tag: Aufstieg zum High Camp des Island Peak

Bewusst haben wir uns dafür entschieden noch eine Zwischenübernachtung im High Camp einzulegen, bevor wir den Island Peak besteigen. So sind die Chancen höher, das mit genügend Zeit zur Akklimatisation auch alle Teilnehmer gut gerüstet sind.

Im High Camp treffen wir letzte Vorbereitungen für die morgige Besteigung des Island Peak und können auch noch ein wenig die Füße hoch legen, bevor wir am Abend in unsere Schlafsäcke kriechen. F/M/A ÜN im Zeltlager

17. Tag: Besteigung des Island Peak - zurück zum Basecamp

Dann ist endlich soweit – der Höhepunkt unserer Trekkingreise im Everest Gebiet und mit Sicherheit ein Traum vieler Wanderbegeisterter ist zum Greifen nah!

Schon früh starten wir mit dem Aufstieg auf den Island Peak und so können wir uns unterwegs

auch immer wieder Zeit lassen, um die unglaubliche Umgebung und das atemberaubende Panorama zu genießen. Unsere Begleitmannschaft steht uns während des anspruchsvollen Treks mit Rat und Tat zur Seite und so knacken wir gemeinsam erst die 6000er Marke, bevor wir schliesslich den 6189m hohen Gipfel erreichen. Die Welt liegt uns hier sprichwörtlich zu Füßen und die Aussicht ist schon fast zu schön, um wahr zu sein.

Nachdem wir ausgiebig das Panorama genossen haben und wieder zu Atem gekommen sind, geht es wieder bergab. Erschöpft, glücklich und –mit Recht- stolz auf unsere Leistung erreichen wir schliesslich wieder das Basecamp. F/M/A ÜN im Zeltlager

18. Tag: Reservetag - Wanderung nach Pangboche

Sollten das Wetter oder andere Widrigkeiten den Gipfelsturm gestern vereitelt haben, so werden wir dies heute nachholen. Am Nachmittag führt uns unser Weg zu Fuß weiter bergab bis nach Pangboche (3985m).

Hier treffen wir wieder auf unsere Mitreisenden, die das Trekking auf den Island Peak nicht mitgemacht haben. F/M/A

Alternatives Programm für alle, die den Island Peak auslassen möchten:

15. Tag: Aufstieg zum Island Peak Basecamp - Rückkehr nach Chhukung

Nach dem gemeinsamen Aufstieg zum Basislager trennen sich hier für die nächsten Tage die Wege von Gipfelstürmern und Nichtbesteiger. Die Nicht-Besteiger kehren nach Chhukung (4730m) zurück. Ca. 13 km, ca. 8 Std. F/M/A

16. Tag: Aufstieg zum Aussichtsberg Chukung Ri - Trek nach Dingboche

Eine technisch einfache Wanderung bringt uns heute am Vormittag in ca. 3 Stunden auf den Aussichtsberg Chukung Ri (5500m). Von hier aus können wir einen einmaligen Blick auf die Berge Nuptse, Makalu und die Ama Dablam genießen. Über Chhukung wandern wir zurück bis nach Dingboche (4260m). F/M/A

17. Tag: Ruhetag - optionale Wanderung auf den Nangkartsang

Ganz nach Lust und Laune können wir heute einen Tag zur freien Verfügung genießen oder an einer optionalen Wanderung teilnehmen.

Die lohnenswerte Halbtageswanderung führt uns von Dingboche aus auf den Gipfel des nahegelegenen Aussichtsberg Nangkartsang (5083m / 5km, ca. 4-5 Std.). Von hier aus haben wir einen unschlagbaren Blick auf unzählige der umliegenden 6000er bis 8000er Gipfel wie den Imja Gletscher, Kangtega, Lhotse und Cho Oyu. Auch den Island Peak, den unsere Gipfelstürmer heute besteigen, haben wir von hier aus im Blick. F/M/A

18. Tag: Trek nach Pangboche

Wir treten heute den Rückweg nach Pangboche (3985m) an und treffen am Nachmittag/frühen Abend auf unsere Wanderfreunde, die in den letzten Tagen den Island Peak bezwungen haben. Gemeinsam können wir den Tag ausklingen lassen und unsere Erfahrungen und Eindrücke der letzten Tage austauschen. F/M/A

19. Tag & 20. Tag: Pangboche - Trek nach Namche Bazar - Trek nach Lukla

Ab heute sind alle Reiseteilnehmer wieder zusammen unterwegs. Auf bereits bekanntem Wege führt uns die heutige Wanderetappe auf unserer Nepal Reise zurück nach Namche Bazar (3.440 m) und am 20. Tag weiter nach Lukla. F/M/A

21. Tag: Lukla - Flug nach Kathmandu

Ein fantastischer Panoramaflug entlang des Himalaya Hauptkammes bringt uns heute zurück nach Kathmandu (witterungsabhängig). Den Rest des Tages unserer Nepal Reise können wir frei gestalten. F/-/-

22. Tag: Kathmandu - weitere Besichtigungen & Freizeit

Wir werden heute am Vormittag zu Fuß aufbrechen, um uns die legendäre Swayambunath Stupa und den Dubar Square anzuschauen. Ein wenig Zeit wird allerdings auch noch für eigene Unternehmungen oder einen letzten Einkaufsbummel am Nachmittag bleiben. F/-/-

23. Tag: Kathmandu - Individueller Rückflug nach Deutschland

Die letzten 3 Wochen sind wie im Flug vergangen und schon ist der Tag des Abschieds gekommen. Für die meisten Wanderer ist dies mit Sicherheit nicht die letzte Reise nach Nepal gewesen, denn kaum ein anderes Land macht so schnell süchtig wie das Kleinod Nepal im Himalaya!

Je nach gebuchtem Flug werden wir zum Flughafen gebracht und treten die Heimreise an. F/-/-

Alternativ zu dieser Nepal Reise empfehlen wir Ihnen auch unsere Nepal Tour ["Im Land der Sherpas"](#).

[Nepal Reise Hinweise und Nepal Länderinformationen finden Sie hier.](#)

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
05.04.2025	27.04.2025	X	2.455 €
18.10.2025	09.11.2025	✓	2.455 €
04.04.2026	26.04.2026	✓	2.455 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > alle Fahrten im privaten, nicht klimatisierten Fahrzeug
- > Inlandsflüge
- > 4 ÜN in landestypischen Mittelklassehotels im DZ
- > Besichtigungen inkl. Eintrittsgelder
- > örtl. deutschsprachige Reiseleitung im Kathmandu-Tal
- > Mahlzeiten: 20x F,17x M,17x A
- > 17 ÜN in einfachen Lodges / Gästehäusern während des Trekkings
- > örtl. deutschsprachiger Trekkingguide
- > Tragtiere/Träger
- > Trekkingpermit
- > AuD-Infomaterial

ZUSATZLEISTUNGEN

- > Einzelzimmerzuschlag (185 €)
kein Einzelzimmer während des Trekkings möglich
- > Rail & Fly Ticket der deutschen Bahn, 2. Klasse, ab/an allen deutschen Bahnhöfen (95 €)
- > Optionale Besteigung des Island Peak (895 €)
Durchführung ab 2 Personen

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Einzelzimmerzuschlag: 185,- € (keine Einzelzimmer während des Trekkings möglich)
- > Internationale Flüge ab/an Deutschland, Österreich, Schweiz (auf Anfrage über uns buchbar)
- > Aufpreis Besteigung Island Peak Okt/Nov: 795,- Euro p. P. / ab 2 Personen
- > Aufpreis Besteigung Island Peak März/Apr: 910,- Euro p. P. / ab 2 Personen
- > alle nicht genannten Mahlzeiten & Getränke
- > Trinkgelder und persönliche Ausgaben
- > Visa-Gebühr Nepal z. Zt. 40,-€
- > Ausreisegebühr Nepal z. Zt. 15,-€
- > Rail & Fly Ticket 95,- €

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

Maximalanzahl von Personen: 12

ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair

NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen! Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Nepal entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **3250 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **76 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 30 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 30 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > Anforderung: Sehr gute Kondition für ein anspruchsvolles 17-tägiges Lodgetrekking mit regelmäßigen Höhenunterschieden von bis zu 1.000 m und mehr pro Tag und Gehzeiten von bis zu 10 Stunden. Gehen mit Steigeisen und Umgang mit Pickel und Seil werden für den Gipfelsturm auf den Island Peak vorausgesetzt. Ein leichteres Alternativprogramm ist parallel möglich. Nicht geeignet für Menschen mit eingeschränkter Mobilität.

Privatreisen & Verlängerungsmöglichkeiten

Neben den oben angegebenen festen Gruppenreiseterminen bieten wir diese Reise auch ab 2 Teilnehmern zum individuellen Wunschtermin an; gerne stellen wir Ihnen auch Ihre Wunschreise mit einem geänderten Reiseverlauf zusammen. Gerne stellen wir Ihnen auch noch ein individuelles Vor- oder Verlängerungsprogramm z.B. mit zusätzlichen Tagen in Kathmandu oder Pokhara, Himalayasicht in Dhulikhel oder Nagarkot, Dschungelsafari in den Chitwan Nationalpark, nach Tibet, Bhutan oder Indien zusammen. Sprechen Sie uns einfach an!

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.