



MDK Reisen Treks Plus Pvt. Ltd.

Wanderung im Everest-Gebiet 14 Tage

Reisetermine:

Bei rechtzeitiger Mitteilung Ihres Ankunftstages ist der Start der Tour immer möglich.

Reiseverlauf:

1. Tag - Ankunft Flughafen Kathmandu.
Transport zum Hotel
Begrüßungsabendessen. (-/-/A)
2. Tag - Frühstück in Hotel. Tag zur freien Verfügung oder Alternativprogramm. (F/-/-)
3. Tag - Frühstück in Hotel. Flug (35 Minuten) nach Lukla (2.805 m). Wanderung bis Phakding (2.640 m) 3 Stunden
Hüttenübernachtung. (F/M/A)
4. Tag - Wanderung nach Namche Bazar (3.446 m) 5 Stunden. Die letzten Höhenmeter steil und anstrengend. Unterwegs der erste Blick auf den Mt. Everest (8.848 m) und den Mt. Thamserku (6.623 m). Hüttenübernachtung. (F/M/A)
5. Tag - Akklimatisierungstag in Namche Bazar. Tageswanderung nach Everest View Hotel, Khumjung und Syangboche etc. Von der Terrasse des Hotel herrliche Ausblick auf den Mount Everest, Lhotse (über 8.000 m) und Amadablam (6.812 m) etc.. Zurück nach Namche Bazar. Hüttenübernachtung. (F/M/A)
6. Tag - Wanderung nach Phortse. Wundervolle Ausblicke auf die Berge des Himalaya. Lange Wanderung mit viel Auf und Ab. Dauer ca. 6 Stunden. Hüttenübernachtung. (F/M/A)
7. Tag - Wanderung nach Dingboche (4.347 m). Lange Wanderung mit einigen Auf und Ab's. Natürlich werden wir wieder belohnt, mit herrlichen Bergblicken.
Hüttenübernachtung. (F/MA)
8. Tag - Heute könnten sich unsere Wege für einige Tage trennen.
A) Alle Wanderer, die es etwas gemütlicher angehen möchten und auf den Kala Pattar (5.545 m) bzw. Basis Lager (5.357 m) verzichten, haben heute einen Ruhetag in Dingboche (4.347 m). Wir können aber den Tag nutzen für eine schöne Wanderung nach Chukung (4.730 m). Abends Hüttenübernachtung. (F/M/A)
B) Für alle Wanderer, welche die Tour zum Kala Pattar bzw. Basis Lager antreten möchten, geht es heute ca. 5 Stunden nach Lobuche

(ca. 4.900 m). Bei der Ankunft muß die Entscheidung fallen, ob am nächsten Morgen, die Route Kala Pattar oder Mount Everest Basis Lager genommen werden soll. Abends Hüttenübernachtung. (F/M/A)

9. Tag -
A) Wir wandern heute gemütlich in das berühmte Kloster Tengboche (3.867 m). Nur am Schluß ein steiler Aufstieg durch einen schönen Wald. Am Nachmittag können Sie einen längeren Blick (Teilnahme an Zeremonie mit etwas Glück) in das Kloster



werfen (sehenswert). Hüttenübernachtung. (F/M/A)

- B) Wir müssen heute ganz früh raus! Um ca. 4.00 Uhr geht es los... mit Taschenlampe! Wir gehen bis Gorak Shep (schon über 5.000 m!), da gibt es eine Frühstückspause. Ein bißchen Kopfschmerzen hat man vielleicht, ist aber schon normal. Zum Kala Pattar (5.545 m) geht es nun steil und sehr, sehr langsam bergauf. Bitte denken Sie nicht: " ich bin viel zu langsam! ". Das gibt es nicht!... jeder kommt oben an und wird belohnt mit einem Anblick des Mount Everest, der Ihnen Tränen in die Augen treiben wird. Sie haben es geschafft!!
Möchten Sie ins Basis Lager des Mount Everest erwarten sie nicht zu viel. Sie gehen ca. 3 Stunden ab Gorak Shep , aber der Anblick des Mount Everest ist eher dürftig. Jedoch ist ein riesiger Gletscher zu sehen. Zurück geht es nun nach Lobuche mit leichtem Schritt, fast immer, bergab. An diesem Tag werden wir ca.10 Stunden unterwegs sein. Hüttenübernachtung. (F/M/A)

10.Tag -

- A) Heute geht es erstmal vorwiegend bergab, dann etwas steil bergauf und dann bis Namche fast gerade für etwa 5 Stunden. Werfen Sie noch mal einen Blick zurück zum Mount Everest. Wir erreichen Namche noch am frühen Nachmittag. Es bleibt Zeit für einen Bummel über den Tibeter-Wochen-Markt. Hüttenübernachtung. (F/M/A)
- B) Heute ein leichte Wanderung vorwiegend bergab, nur am Schluß ein kleiner steiler Aufstieg nach Tengboche. Wer noch Lust hat, kann einen Blick ins Kloster werfen und an einer Gebetszeremonie teilnehmen. Hüttenübernachtung. (F/M/A)

11. Tag –

- A) Wir haben heute einem Ruhetag in Namche Bazar. Wenn Sie möchten, können Sie nach Thamo wandern. Dort wohnt der berühmte nepalesische Bergsteiger (10x Mount Everest ohne Sauerstoff) Angrita Sherpa. Tagsüber auch

noch Zeit für Shopping in Namche Bazar. Treffen mit den anderen Trekkingteilnehmern. Hüttenübernachtung. (F/M/A)

- B) Heute erst steil bergab, dann bergauf und anschließend schöne leichte Wanderung bis Namche Bazar, dort Treffen Sie Ihre anderen Gruppenmitglieder wieder. Hüttenübernachtung. (F/M/A)
12. Tag - Zusammen geht es heute wieder zurück nach Lukla. Zeit für die Verabschiedung von Ihren fleißigen Trägern. Ausruhen und letzte Blicke auf die Bergwelt des Himalaya im Abendlicht. Übernachtung in Hütte. (F/M/A)
13. Tag - Rückflug nach Kathmandu am Morgen. Transport zum Hotel. Nachmittag zur freien Verfügung (Zeit für letzte Einkäufe). Übernachtung im Hotel. Abschiedsabendessen mit Ihrem Bergführer. (F/-/A)
14. Tag - Frühstück im Hotel. Tag zur freien Verfügung bis Transport zum Flughafen für Rückflug. Heimreise oder Anschlußprogramm



Leistungen:

Alle Transfers
2 Inlandsflüge Kathmandu / Lukla / Kathmandu
Eintrittsgeld im Nationalpark Everest
Alle Mahlzeiten wie angegeben
(inkl. 2 Tassen Tee oder Kaffee pro Mahlzeit),
bedeutet: auf der Wanderung Vollverpflegung, |
im Hotel nur Frühstück.

Extras:

Tax Rückflug nach Deutschland, Tax Flüge Kathmandu/Lukla,
Visa Gebühren, Getränke , persönliche Ausgaben

Preise:

ab 2 Personen 1.164 € je Person

ab 4 Personen 1.050 € je Person

Einzelzimmer-Zuschlag 40 €

Alle Preise enthalten die gesetzliche Mehrwertsteuer

Buchung über: www.nepal-reisen55plus.de

