



Thengboche Trek

Angebot 238, Privattour 10 Tage Trekking mittel in der Everest-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Thengboche-Trek.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 30.06.2024

Stand: 19.05.2024, Seite: 1



Eckdaten und Preise

10 Tage Thengboche Trek
* Privattour, Trekking mittel

Pers.	Saison	Nebensaison
	<i>Mrz-Mai, Sep-Nov</i>	<i>Jan-Feb, Jun-Aug, Dez</i>
1	€ 1.799,00	€ 1.599,00
2	€ 1.399,00	€ 1.099,00
3	€ 1.359,00	€ 1.049,00
4+	€ 1.279,00	€ 999,00



Thengboche Trek

Angebot 238, Privattour 10 Tage Trekking mittel in der Everest-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Thengboche-Trek.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 30.06.2024

Stand: 19.05.2024, Seite: 2



Tourverlauf

Tag 1	Tag der Anreise
	Zielort Kathmandu Tribhuvan Int. Airport (1.346 m)
	Information Abholung am Flughafen und Transport in Dein Hotel.
<hr/>	
Tag 1	Thamel
	Zielort Thamel (1.300 m)
	Per Auto/Taxi 1:00 Stunden Fahrzeit im privaten Auto oder Taxi
	Unterkunft Eine Übernachtung im Hotel, Übernachtung mit Frühstück (ÜF), 3 Sterne
	Information Nach der Ankunft am internationalen Flughafen von Kathmandu bringen wir dich in einem privaten Fahrzeug zu deinem Hotel. Während deines Aufenthaltes in Kathmandu hast du Zeit, die faszinierenden buddhistischen und hinduistischen Tempel und Schreine und die alten einheimischen Traditionen bei einer unserer Führungen kennenzulernen. Du hast auch Zeit um die vielen Reize der Stadt auf eigene Faust zu erkunden. Am Abend erwartet dich ein nepalesisches Willkommens-Essen.
<hr/>	
Tag 2	Tagesetappe Lukla Airport
	Zielort Lukla Airport (2.671 m)
	Per Flugzeug 0:40 Minuten Flug
	Information Fröhlichmorgens fliegst du mit einem kleinen Flugzeug in ca. 45 Minuten nach Lukla (2850 m). Nicht benötigtes Gepäck kann im Hotel deponiert werden.



Thengboche Trek

Angebot 238, Privattour 10 Tage Trekking mittel in der Everest-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Thengboche-Trek.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 30.06.2024

Stand: 19.05.2024, Seite: 3

Tourverlauf

Tag 2

Phakding

- Zielort** Phakding (2.640 m)
- Per** Trekking 4:00 Stunden
- Unterkunft** Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
- Information** Frühstück beginnt der Trek in Richtung Namche Bazaar bis Phakding oder Monjo, soweit die Füße tragen :-)
Gehzeit: 3-4h / Aufstieg: 200m / Abstieg: 50m.

Tag 3

Namche Bazaar

- Zielort** Namche Bazaar (3.447 m)
- Per** Trekking 7:00 Stunden
- Unterkunft** Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
- Information** Der Weg führt weiter am Dudh Kosi (Fluss) entlang. Über kleine Holzbrücken und der großen "Hillary-Bridge" muss der Fluss heute überquert werden. Ab Monjo beginnt der Sagarmatha-Nationalpark und die Permits werden geprüft. Dann beginnt der stetig ansteigende Weg nach Namche Bazar (3440 m), der Sherpa-Hauptstadt im Khumbu-Gebiet.

In Namche gibt es alles was das Herz begehrt: bunte Märkte, Bergsport- und Souvenirläden, ein „Health Center“, ein Postamt, eine Funkstation, Bäckereien, Cafés, Internet, etc.

Ein kleiner Stadtbummel lohnt sich auf jeden Fall. Umarmt von den Eisriesen des Himalayas liegt Namche Bazaar auf einem trichterförmigen Plateau.

Gehzeit: 6-7h / Aufstieg: 1000m / Abstieg: 100m.

Tag 4

Akklimatisierung Namche Bazaar

- Zielort** Akklimatisierung Namche Bazaar (3.437 m)
- Per** Trekking 4:00 Stunden
- Unterkunft** Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)



Thengboche Trek

Angebot 238, Privattour 10 Tage Trekking mittel in der Everest-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Thengboche-Trek.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 30.06.2024

Stand: 19.05.2024, Seite: 4

Tourverlauf

Information Heute ist eine Akklimatisierungstour vorgesehen. Akklimatisierung ist ab dieser Höhe absolut notwendig, damit der Rest der Tour entspannt fortgesetzt werden kann. Der Sinn einer Akklimatisierungstages ist es ein paar hundert Meter aufzusteigen und dann wieder auf die Ausgangshöhe zurück zu kehren.

Der Klassiker ab Namche ist ein Aufstieg zum „Everest View Hotel“. Der Aufstieg von Namche führt über steile Pfade über Khumjung zum Hotel in ca. 3750 Metern Höhe. Hier kann man auf der schönen Terrasse einen Tee trinken und hat beste Sicht auf die umliegenden Berge wie den 6856 m hohen Ama Dablam, mit ihrem gewaltigen Eisbalkon. Spektakulär sind auch die Blicke auf die wilden Nordwände von Thamserku 6608 m, Kang Taiga 6685 m und Kongde Ri 6187 m. Aber das Highlight ist natürlich der Blick auf den 8848 Meter hohen Mount Everest. Eine nette Location für einen kleinen Ausflug mit bester Sicht auf das Dach der Welt. Was will man mehr?

Wer noch Lust hat kann auf dem Rückweg einen Abstecher durch das Dorf Khumjung machen. Hier gibt ein paar Lodges und eine sehr schöne Schule mit Fußballplatz. Oder / und ein Abstecher in das 30 Minuten entfernte Mountain Museum.

Geh-zeit: 4h / Aufstieg: 350m / Abstieg: 350m.

Tag 5

Tengboche

Zielort Tengboche (3.770 m)

Per Trekking 6:00 Stunden

Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)

Information Gut akklimatisiert kann heute der Weg nach Tengboche fortgesetzt werden.

Der Weg führt aus dem Talkessel Namches rauf in die wunderschöne Landschaft des Khumbus. Durch Wachholder und Nadelwälder führt der Weg in stetigen Auf und Ab nach Tengboche. Hier kannst du eins der bedeutendsten Klöster in den nepalesischen Bergen besichtigen. An den Zeremonien im Kloster kann jeder teilnehmen, der Lust, Zeit und Interesse hat. Von Tengboche aus hast du auch nochmal einen fantastischen Blick auf den Mount Everest und den Ama Dablam.

Gehzeit ca. 5-6 h /Aufstieg ca. 750m /Abstieg ca. 350m



Thengboche Trek

Angebot 238, Privattour 10 Tage Trekking mittel in der Everest-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Thengboche-Trek.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 30.06.2024

Stand: 19.05.2024, Seite: 5

Tourverlauf

Tag 6

Namche Bazaar

- Zielort** Namche Bazaar (3.447 m)
- Per** Trekking 5:00 Stunden
- Unterkunft** Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
- Information** Zurück geht es über den bekannten Weg oder, für alle die etwas mehr Zeit mitbringen (mind. 2 extra Tage), über das Ama Dablam Base Camp und Phangboche nach Namche Bazaar, der Hauptstadt der Sherpas.

Tag 7

Lukla

- Zielort** Lukla (2.860 m)
- Per** Trekking 7:00 Stunden
- Unterkunft** Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
- Information** Und weiter über Monjo und Phagding nach Lukla.
Auf dem Hinweg habe ich vergessen ein paar Informationen über das bezaubernde Dorf Lukla zu schreiben. Das hole ich jetzt nach:
Lukla ist der Startpunkt (neben Jiri bzw. Shivalaya und Phaplu) in die Everest Region. Alle Touren die in Richtung Everest, Mera Peak oder Gokyo gehen, starten am Tenzing-Hillary Airport (IATA-Code: LUA) in Lukla. Die Start- und Landebahn wurde 1964 unter der Aufsicht Edmund Hillarys von örtlichen Sherpas für 2650 US-Dollar erbaut. Erst im Jahr 2001 begann die Asphaltierung der Schotterpiste und der Bau eines Abfertigungsgebäudes und eines neuen Towers. Heute ist der kleine Flughafen recht modern, der Flug ersetzt eine einwöchige Anreise zu Fuß von Jiri aus. Ansonsten ist die Khumbu-Region nur per Hubschrauber bzw. per Flugzeug erreichbar. Mit einer täglichen Abfertigung von über 50 Flügen ist Lukla in der Hochsaison der meistfrequentierte Inlandsflughafen im Nepal.
Der Ort Lukla verfügt über alle Annehmlichkeiten die ein Trekker erwartet: Geschäfte, Cafés, Restaurants, Hotels, Lodges, Yak-Verleih, etc. Wer Lust und Interesse hat kann die Starts und Landungen der Flieger am Airport beobachten.

Tag 8-11

Thamel

- Zielort** Thamel (1.300 m)
- Per** Flugzeug 0:40 Minuten Flug
- Unterkunft** Drei Übernachtungen im Hotel, Übernachtung mit Frühstück (ÜF), 3 Sterne



Thengboche Trek

Angebot 238, Privattour 10 Tage Trekking mittel in der Everest-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Thengboche-Trek.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 30.06.2024

Stand: 19.05.2024, Seite: 6

Tourverlauf

Information Die letzten Tage in Kathmandu sind als Reservetage geplant, falls die Flüge von Kathmandu nach Lukla und zurück nicht wie geplant stattfinden (Sichtflüge).
Wer die Zeit in Kathmandu nutzen möchte und sich die Sehenswürdigkeiten der Hauptstadt nicht entgehen lassen möchte, kann im Anschluss noch die Eine oder Andere Sightseeingtour bei uns buchen oder einfach auf eigene Faust das Kathmandu-Tal erkunden. Es lohnt sich :-)

Tag 11

Tag der Abreise

Zielort Kathmandu Tribhuvan Int. Airport (1.346 m)

Information Abholung an Deinem Hotel und Fahrt zum Flughafen



Thengboche Trek

Angebot 238, Privattour 10 Tage Trekking mittel in der Everest-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Thengboche-Trek.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 30.06.2024

Stand: 19.05.2024, Seite: 7



Services

Allgemeines

- * Ein gemeinsames Abendessen zum Kennenlernen und Vorbereitung der Tour.
- * Alle Gebühren und Genehmigungen für den Eintritt in die Nationalparks.
- * Privat-Tour. Keine Zusammenstellung von Reisegruppen. Jederzeit frei individualisierbar.
- * Keine Mindestanzahl an Teilnehmern. Bei freien Terminen startet die Tour (ohne zusätzliche Kosten) ab einem Teilnehmer.

Transferleistungen

- * Shuttle-Service vom Flughafen Kathmandu in Dein Hotel und zurück.
- * Flug von Kathmandu nach Lukla.
- * Flug von Lukla nach Kathmandu.
- * Alle für diese Tour erforderlichen Fahrten mit Auto, Taxi oder Bus.

Unterbringung/Verpflegung

- * Hotel in Kathmandu, 3 Sterne Standard.
- * Alle Übernachtungen in den Lodges während des Treks mit Frühstück/Mittag/Abendessen "a la Carte"



Thengboche Trek

Angebot 238, Privattour 10 Tage Trekking mittel in der Everest-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Thengboche-Trek.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 30.06.2024

Stand: 19.05.2024, Seite: 8

Services

Personal

- * Min. ein erfahrener englischsprachiger Tourguide.
- * Versicherte und gut ausgerüstete Träger.

Nicht enthalten

- * Getränke.
- * Trinkgeld für Deine Crew, wenn es Dir gefallen hat.