



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 1



Eckdaten und Preise

22 Tage Drei Paesse Trek

* Privattour, Trekking sehr schwer

Pers.	Saison <i>Mrz-Mai, Sep-Nov</i>	Nebensaison <i>Jan-Feb, Jun-Aug, Dez</i>
1	€ 2.899,00	€ 2.799,00
2	€ 2.199,00	€ 2.099,00
3	€ 2.159,00	€ 2.059,00
4+	€ 1.999,00	€ 1.899,00



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, 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	Tag zur freien Verfügung	
	Zielort	Thamel (1.300 m)
	Unterkunft	Eine Übernachtung im Hotel, Übernachtung mit Frühstück (ÜF), 3 Sterne
	Information	Nach der Ankunft am Flughafen wartet ein Mitarbeiter von „enjoy Nepal“ am Ausgang auf dich. Du erkennst den Mitarbeiter an einem Schild mit deinem Namen. Den ersten Eindruck von Kathmandu bekommst du während der Fahrt zum Hotel. Je nach Ankunftszeit kannst du noch etwas durch Thamel schlendern. Am Abend laden wir zu einem kleinen Dinner ein, bei dem du alle noch offenen Fragen loswerden kannst.
<hr/>		
Tag 2	Ramechhap	
	Zielort	Ramechhap (1.356 m)
	Per	Auto/Taxi 4:00 Stunden Fahrzeit im privaten Auto oder Taxi
	Unterkunft	Eine Übernachtung im Hotel, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)
	Information	Fahrt zum Flughafen Ramechhap.



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 3

Tourverlauf

Tag 3

Tagesetappe Lukla

Zielort Lukla (2.860 m)

Per Flugzeug 0:40 Minuten Flug

Information Früh am Morgen beginnt die Reise mit dem Flug nach Lukla. Du wirst vor Sonnenaufgang im Hotel abgeholt und zum Domestik Airport gefahren. Bei Sonnenaufgang beginnt der abenteuerliche Flug nach Lukla. Der Tenzing-Hillary Airport (IATA: LUA) ist ein Flugplatz für STOL-Flugzeuge, der in einem halbstündigen Flug von Kathmandu aus erreicht werden kann und heute den meisten Touristen, die die Everest-Region bereisen, als Ausgangspunkt vor allem für den Mount Everest Trek dient.

Tag 3

Monjo

Zielort Monjo (2.793 m)

Per Trekking 5:00 Stunden

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

Information Nach einem gemütlichen Frühstück in Lukla beginnt der Trek in Richtung Phagding und Monjo. Wer lieber in Phagding bleiben möchte, kann das natürlich vor Ort entscheiden. In Monjo beginnt der Sagarmartha National Park. Du kannst zum ersten Mal einen Blick auf den Mount Everest und andere Achttausender werfen, die Aussicht auf die riesigen Berge ist beeindruckend.
Bergauf 500 Meter

Tag 4

Namche Bazaar

Zielort Namche Bazaar (3.447 m)

Per Trekking 5:00 Stunden

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

Information Entlang des Dhudh Kosi führt der Weg über die Hillary Bridge in Richtung Namche Bazar. Es geht langsam bergauf und die Luft wird dünner. Namche Bazar liegt auf ca. 3440 Meter und ist das kulturelle Zentrum der Sherpas. Eine kleine Stadt in den Bergen des Himalayas. Im Dorf gibt es viele Läden und Unterkünfte. Es gibt fast alles zu kaufen, was zum Trekking benötigt wird. Allerdings liegen die Preise höher als in Kathmandu und je weiter man hinaufsteigt, umso höher werden sie, da alle Waren nur durch Träger und Lasttiere befördert werden können.
Bergauf 750 Meter
Bergab 100 Meter



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 4

Tourverlauf

Tag 5

Tagesetappe Khunde Peak

Zielort Khunde Peak (3.569 m)

Per Trekking 3:00 Stunden

Information Der heutige Tag kann ruhig angegangen werden. Nach dem ganzen Stress der Anreise und der Akklimatisierung muss ein Tag zum ausspannen eingeplant werden. Wer möchte kann einen Ausflug zum Khunde Peak machen. Ein kurzer Aufstieg (ca. zwei Stunden) führt dich zum 3570 Meter hohen Aussichtsgipfel. Du kannst aber auch ausspannen oder einen Ausflug zum Everest View Hotel machen. Entscheide einfach vor Ort, wozu du Lust hast.

Tag 5

Khumjung

Zielort Khumjung (3.780 m)

Per Trekking 3:00 Stunden

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

Information Wenn du den Aussichtsgipfel bestiegen hast, kannst du gut in Khumjung übernachten. Falls du dazu keine Lust hattest und lieber andere Aktivitäten unternommen hast, kannst du auch wieder in Namche Bazar übernachten. Die Lodges sind schön und das Essen gut und reichlich.
Bergauf 450 Meter
Bergab 100 Meter

Tag 6

Pangboche

Zielort Pangboche (3.995 m)

Per Trekking 7:00 Stunden

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

Information Weiter geht es heute nach Thengboche und wenn du noch Luft hast, nach Phangboche. Der Trek ist nicht lang, nach dem Frühstück ca. drei Stunden und nach dem Mittag das gleiche nochmal. Ein Stopp in Thengboche lohnt sich, schau dir das schöne Kloster an und genieße die Zeit.
Bergauf 700 Meter
Bergab 500 Meter



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 5

Tourverlauf

Tag 7

Tagesetappe Amma Dablam Base Camp

Zielort Amma Dablam Base Camp (3.995 m)

Per Trekking 6:00 Stunden

Information Wenn du heute bis Phangboche gekommen bist und dich gut fühlst, kannst du einen kleinen Abstecher ins Ama Dablam Base Camp machen. Der Trek lohnt sich und die Aussicht ist unschlagbar. Versuche einfach soweit wie möglich zu gehen, ab mittags ist Umkehr-Zeit, zurück nach Phangboche. Der kleine Abstecher hilft bei der Akklimatisierung für die nächsten Tage.

Bergauf 700 Meter

Bergab 700 Meter

Tag 7

Pangboche

Zielort Pangboche (3.995 m)

Per Trekking 6:00 Stunden

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

Information Freu dich heute auf den warmen Ofen und gutes Essen in der Lodge.

Tag 8

Dingboche

Zielort Dingboche (4.323 m)

Per Trekking 4:00 Stunden

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

Information Schlaf dich gut aus, frühstücke gemütlich und reichlich für diesen Tag. Eine kurze Etappe führt dich rauf bis Dingboche.

Bergauf 400 Meter

Tag 9

Chhukung

Zielort Chhukung (4.800 m)

Per Trekking 3:00 Stunden

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

Information Mit steigender Höhe werden die Etappen kürzer. Akklimatisierung steht hier an erster Stelle. Lass dir Zeit, mach viele Pausen und gehe langsam deinen Weg in Richtung Chhukung. Die Kraft, die du jetzt sammeln kannst brauchst du für den ersten großen Pass, den Kongma La (La=Pass).

Bergauf 400 Meter



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 6

Bergab 100 Meter

Tag 10

Tagesetappe Chhukung Ri

Zielort Chhukung Ri (4.700 m)

Per Trekking 3:00 Stunden

Information Der Chhukung Ri ist ein kleiner Aussichtsgipfel (Vorgipfel, von dem du die erste gute Sicht auf die Himalaya-Range hast. Nimm dir eine Thermosflasche Tee mit und genieße die Aussicht.

Bergauf 800 Meter

Bergab 800 Meter

Tag 10

Chhukung

Zielort Chhukung (4.800 m)

Per Trekking 2:00 Stunden

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

Information Zurück geh es nach Lust und Laune in die kuschelige Lodge in Chhukung.

Tag 11

Tagesetappe Kongma La

Zielort Kongma La (5.535 m)

Per Trekking 5:00 Stunden

Information Der erste große Pass sollte heute überquert werden. Wenn du dich nicht so fühlst oder keine Lust hast, kannst du auch den direkten Weg nach Lobuche gehen. Vom Kongma La hast du eine super Sicht auf den Everest, den Lhotse und die umliegenden Berge. Diese Sicht wirst du aber auch noch von anderen Aussichtspunkten haben, wenn es also heute nicht klappt, ist es nicht so schlimm. Nach acht Stunden solltest du Lobuche erreicht haben, falls du den unteren Weg wählst, solltest du schon nach fünf bis sechs Stunden in Lobuche angekommen sein.

Bergauf 850 Meter

Bergab 650 Meter



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 7

Tourverlauf

Tag 11	Lobuche	
	Zielort	Lobuche (4.930 m)
	Per	Trekking 3:00 Stunden
	Unterkunft	Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
	Information	Lobuche sollte am späten Nachmittag erreicht sein. Hier gibt es noch einigermaßen gute Lodges mit einem warmen Ofen und guter Verpflegung.

Tag 12	Tagesetappe Mount Everest Base Camp	
	Zielort	Mount Everest Base Camp (5.350 m)
	Per	Trekking 3:00 Stunden
	Information	Für den heutigen Tag ist ein Ausflug ins Mount Everest Base Camp geplant. Du kannst es langsam angehen lassen, der Weg ist nicht so schwer. Wenn du an Fotografie interessiert bist, könntest du am Abend noch auf den Kala Patthar steigen und den Mount Everest in der untergehenden Sonne fotografieren. Das Licht steht im Rücken und leuchtet die Himalaya-Range orange und rot an. Ein schönes Motiv... Everest BC: Bergauf 450 Meter, Bergab 150 Meter

Tag 12	Gorak Shep	
	Zielort	Gorak Shep (5.170 m)
	Per	Trekking 3:00 Stunden
	Unterkunft	Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
	Information	Zurück geht es nach Ghorak Shep, der höchsten dauerhaft bewohnten Ortschaft des Himalayas.

Tag 13	Tagesetappe Kala Patthar	
	Zielort	Kala Patthar (5.650 m)
	Per	Trekking 3:00 Stunden
	Information	Wenn du heute Morgen früh aufstehst, kannst du zum Sonnenaufgang am Kala Patthar sein. Nimm eine Taschenlampe oder einen Kopfscheinwerfer mit, da der Aufstieg schon in der Dunkelheit beginnt. Ein super Motiv für Fotos ist der Sonnenaufgang hinter der Himalaya Range. Zurück nach Gorak Shep geht es nach Lust und Laune. Bergauf 550 Meter Bergab bis Gorak Shep 250 Meter



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 8

Tourverlauf

Tag 13

Dhzhongla

- Zielort** Dhzhongla (4.837 m)
- Per** Trekking 6:00 Stunden
- Unterkunft** Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
- Information** Über Lobuche führt der Weg nach Dhzhongla, der Einstieg zum Cho La.
Bergauf 200 Meter
Bergab 550 Meter

Tag 14

Tagesetappe Cho La Pass

- Zielort** Cho La Pass (5.420 m)
- Per** Trekking 5:00 Stunden
- Information** Der zweite große Pass liegt zwischen Dzongla und Gokyo. Hier gibt es keine Abkürzung und der Weg kann je nach Wetterlage schwierig werden. In der Regel führt der schmale Pfad an einer Bergkante vorbei über vereistes Geröll. Heute gilt es vorsichtig zu sein: Du brauchst Achtsamkeit und Zeit, um den Pass sicher zu überqueren.
Bergauf 600 Meter
Bergab 750 Meter

Tag 14

Dragnag

- Zielort** Dragnag (4.694 m)
- Per** Trekking 2:00 Stunden
- Unterkunft** Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
- Information** Wenn du den höchsten Punkt des Passes erreicht hast, geht es nur noch bergab nach Dragnag (Dragnak). Der Abstieg dauert max. zwei Stunden. Wenn du früh aufgebrochen bist und gut durchkommst, kannst du auch weiter bis Gokyo gehen (3 Stunden).

Tag 15

Gokyo

- Zielort** Gokyo (4.790 m)
- Per** Trekking 3:00 Stunden
- Unterkunft** Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
- Information** Weiter geht es ganz in Ruhe nach Gokyo.
Bergauf 350 Meter



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 9

Bergab 300 Meter

Tag 16

Tagesetappe Seen von Gokyo

Zielort Seen von Gokyo (4.747 m)

Per Trekking 6:00 Stunden

Information Heute hast du Zeit für kleine Ausflüge:

Wenn du etwas Zeit mitbringst oder flott unterwegs bist, kannst du einen Ausflug in Richtung Gokyo Ri machen. Der Sonnenuntergang vor dem großen Gletscher ist wunderschön. Oder /und einen Tagesausflug zu den fünf Seen in Richtung Cho Oyu Base Camp. Oder du erholst dich einfach von den letzten Tagen und entspannst dich in dem kleinen Bergdorf mit bester Sicht auf den Himalaya.

Tag 16

Gokyo

Zielort Gokyo (4.790 m)

Per Trekking 2:00 Stunden

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

Information Abends solltest du zurück in deiner Lodge sein und den warmen Ofen genießen.

Wenn du Interesse hast, kannst du nach Sonnenuntergang gute Bilder vom Sternenhimmel machen, da hier kaum künstliches Licht vorhanden ist, das die Sicht stören könnte (Langzeitbelichtung). Nimm dir eine warme Jacke mit, nachts kann es richtig kalt werden...

Gokyo Ri:

Bergauf 570 Meter

Bergab 570 Meter

Gehzeit 4 Stunden hin und zurück

Seen:

Bergauf 400 Meter

Bergab 400 Meter

Gehzeit 5 Stunden hin und zurück



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 10

Tourverlauf

Tag 17	Tagesetappe Renjo La
	Zielort Renjo La (5.347 m) Per Trekking 6:00 Stunden Information Der letzte große Pass liegt zwischen Gokyo und Thame. Der Renjo La kann bei schlechtem Wetter anstrengend werden, bei gutem Wetter ist der Weg einfach zu schaffen. Bergauf 650 Meter Bergab 1.000 Meter
Tag 17	Lungden
	Zielort Lungden (4.358 m) Per Trekking 3:00 Stunden Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP) Information Wenn du flott unterwegs bist, kannst du heute bis Thame gehen. Wenn du länger brauchen solltest, kannst du der einfachen Lodge in Lhungden übernachten.
Tag 18	Thame
	Zielort Thame (3.734 m) Per Trekking 4:00 Stunden Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP) Information Spätestens heute solltest du Thame erreichen. In Thame gibt es ein schönes Kloster, das zum einem Besuch einlädt. Ein schönes Dorf, in dem es wieder alle Annehmlichkeiten der Zivilisation gibt: Kuchen, Kaffee und leckeres Essen. Bergab 600 Meter
Tag 19	Namche Bazaar
	Zielort Namche Bazaar (3.447 m) Per Trekking 5:00 Stunden Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP) Information Wenn du Lust und Kraft hast, kannst du heute noch bis Monjo absteigen. Falls du etwas länger brauchst, reicht es heute auch nur bis Namche Bazaar zu gehen. Bergauf 50 Meter Bergab 400 Meter



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 11

Tourverlauf

Tag 20

Lukla

Zielort	Lukla (2.860 m)
Per	Trekking 4:00 Stunden
Unterkunft	Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Vollpension (VP)
Information	Je nachdem, wie weit du gestern gehen konntest, steht der Weg nach Lukla an. Ab Namche solltest du mind. 6-7 Stunden planen und ab Monjo ca. 4 Stunden. Der Weg ist einfach und es gibt auf dem Weg viele Lodges, die zu einer kleinen Pause einladen. Lass dir Zeit und genieße den letzten Trekkingtag. Bergauf 600 Meter Bergab 1300 Meter

Tag 21-23

Kathmandu

Zielort	Thamel (1.300 m)
Per	Flugzeug 0:40 Minuten Flug
Unterkunft	Zwei Übernachtungen im Hotel, Übernachtung mit Frühstück (ÜF), 3 Sterne
Information	Wenn alles gut läuft und das Wetter mitspielt (Sichtflüge), bist du am Morgen zurück in Kathmandu. Ein schönes Hotel mit allen Annehmlichkeiten der Zivilisation wartet auf dich. In den folgenden Tagen kannst du Kathmandu und das Kathmandu-Valley erkunden. In Kathmandu gibt es an jeder Sehenswürdigkeit Taxen, es ist also kein Problem eine Sightseeing-Tour auf eigene Faust zu gestalten. Du kannst aber auch eine Sightseeingtour bei uns buchen.

Tag 23

Tag der Abreise

Zielort	Kathmandu Tribhuvan Int. Airport (1.346 m)
Information	Abholung an Deinem Hotel und Fahrt zum Flughafen



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 12



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.

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"



Drei Paesse Trek

Angebot 260, Privattour 22 Tage Trekking sehr schwer in der Everest-Region, Nepal

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

Dieses Angebot ist gültig bis zum 01.03.2025

Stand: 18.01.2025, Seite: 13

Services

Personal

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

Nicht enthalten

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