



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 1



Eckdaten und Preise

	Pers.	Hauptsaison <i>Mrz-Mai, Sep-Nov</i>	Nebensaison <i>Jan-Feb, Jun-Aug, Dez</i>
12 Tage Everest Base Camp Trekking low-budget	1	€ 1.699,00	€ 1.559,00
* Privattour, Trekking schwer	2	€ 1.299,00	€ 1.259,00
	3	€ 1.259,00	€ 1.199,00
	4+	€ 1.199,00	€ 1.129,00



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 2



Tourverlauf

Tag 1

Tag der Anreise

Zielort

Information

Abholung in Kathmandu und Transport zum Flughafen (Domestik Airport).

Flug nach Lukla.

Der Flughafen ist als einer der gefährlichsten Flugplätze der Welt bekannt. Die Landebahn ist sehr kurz, geht bergauf und ist am einen Ende durch eine Schlucht, am anderen durch eine Bergwand begrenzt.

Lukla ist neben einigen wenig begangenen Pässen im Hochgebirge der einzige Zugang zur Khumbu-Region und zum Sagarmatha-Nationalpark und in der Regel Ausgangspunkt für den Mount Everest Trek.

Tag 1

Tagesetappe Lukla

Zielort

Lukla (2.860 m)

Per

Flugzeug 0:40 Minuten Flug

Information

Der Tag beginnt mit der Fahrt zum Inlandsflughafen in Kathmandu. Von dort aus geht es mit einer kleinen Twin Otter nach Lukla auf 2.840 Metern. Die Flugzeit beträgt ca. 45 Minuten.

Der Flug nach Lukla ist bereits ein Abenteuer für sich. Wir empfehlen einen Platz auf der linken Seite der Maschine zu nehmen. Von dort aus hat man während des Fluges eine optimale Sicht auf die Berge.



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 3

Tourverlauf

Tag 1

Phakding

Zielort	Phakding (2.640 m)
Per	Trekking 4:00 Stunden
Unterkunft	Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)
Information	Nach der Landung beginnt die Tour mit einem Frühstück in Lukla. Gemütlich beginnt der Trekk mit einem kurzen Abstieg zum Kusumkosi, ein Seitenarm des Dudhkosi, dann entlang des Dudhkosi ("Milch Fluss" oder "Weißer Fluss") gemächlich bis Phakding oder weiter bis Monjo (2 Stunden).
	Bergauf 150 Meter
	Bergab 300 Meter
	Distanz 8 Kilometer

Tag 2

Namche Bazaar

Zielort	Namche Bazaar (3.447 m)
Per	Trekking 6:00 Stunden
Unterkunft	Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)
Information	Der Weg überquert zweimal den Fluss Dudh Koshi und führt durch einige kleine Dörfer nach Jorsale. Hier beginnt der Sagarmatha National Park. Nach dem Mittag heißt es: „Berg hoch“. Es liegen ca. 650 Höhenmeter auf dem Weg nach Namche vor uns. Bei guter Sicht, ist der erste Blick (kurz nach der Hillarybrigde) auf den Mount Everest bereits möglich! Der Weg rauf nach Namche Bazaar ist einer der härteren Abschnitte dieses Trekk, aber mit vielen kleinen Pausen gut zu schaffen.
	Bergauf 1150 Meter
	Bergab 300 Meter
	Distanz 12 Kilometer

Tag 3

Akklimatisierung Namche Bazaar

Zielort	Akklimatisierung Namche Bazaar (3.437 m)
Per	Trekking 4:00 Stunden
Unterkunft	Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 4

Tourverlauf

Information Ab heute heißt es erst einmal pausieren von den letzten Aufstiegen. Wir empfehlen ein Stück warmen Apfelstrudel in der Bäckerei.

Aber auch sonst bekommt man in Namche eigentlich alles, was einem unterwegs noch so eingefallen ist. Mützen, Handschuhe, Pullover, Ausrüstung, um nur einiges zu nennen. Der heutige Tag steht ganz im Zeichen der Höhenanpassung. Nach dem Frühstück ist ein Abstecher in das Everest View Hotel angesagt. Das auf 3.850m gelegene Hotel hat eine wunderschöne Terrasse, von der sich eine perfekte Aussicht auf die Khumburange bietet. Der Blick auf viele 7- und 8.000er wie der Mount Everest, Lhotse, Nuptse, Ama Dablam und viele mehr, lässt sich wunderbar bei Kaffee und Kuchen genießen!

Zurück nach Namche geht es dann nach Lust und Laune.

Bergauf 550 Meter

Bergab 550 Meter

Distanz 8 Kilometer

Tag 4

Tengboche

Zielort Tengboche (3.770 m)

Per Trekking 6:00 Stunden

Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)

Information Der Trekk beginnt heute mit dem Aufstieg nach Syangboche. Dort geht es über die Landebahn des Syangboche Airports. Hier wurde noch bis Ende der 90er versucht einen regulären Flughafen zu etablieren (ähnlich wie in Lukla). Durch das häufige Auftreten von Höhenkrankheit bei den Passagieren wurde der Betrieb wieder eingestellt. Jetzt landen dort nur noch Versorgungs- und Krankentransporte.

Der Weg führt uns durch das Dorf Sangnasa und weiter nach Teshinga, von dort aus runter zum Dudh Koshi Fluss nach Phunki Drenka (3250 m). Nach einer Pause geht es weiter in Richtung Tengboche. Tengboche liegt auf einem Bergrücken, umgeben von den hohen Himalaya-Gipfeln.

In Tengboche angekommen, fällt gleich das große Kloster ins Auge, das den Kern dieses kleinen Dorfes darstellt.

Das Kloster Tengboche hat eine bewegte Vergangenheit. Es wurde erst sehr spät im Jahre 1916 unter Lama Guru errichtet. Bei einem Erdbeben 1934 wurde es fast völlig zerstört aber direkt wieder aufgebaut. Im Jahre 1989 brannte es dann bis auf die Grundmauern nieder, doch schon zwei Jahre später war es mit deutscher Hilfe wieder hergerichtet.



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 5

Bergauf 900 Meter
Bergab 500 Meter
Distanz 15 Kilometer

Tag 5

Pheriche

Zielort Pheriche (4.243 m)
Per Trekking 5:00 Stunden
Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)
Information Wenn die Mönche des Klosters morgens bei Sonnenaufgang ins Horn blasen ist es Zeit aufzustehen. Bei Interesse können Besucher an der morgendlichen Zeremonie im Kloster teilnehmen. Selbst bei wenig Interesse gehen die meisten Besucher morgens ins Kloster, die geheimnisvollen Trompeten und Trommelklänge machen neugierig und lassen wegen ihrer Lautstärke selbst den hartgesottensten Langschläfer aus dem warmen Schlafsack kriechen.
Die traumhafte Kulisse der Himalaya Riesen begleitet uns heute auf dem Weg.

Bergauf 700 Meter
Bergab 300 Meter
Distanz 15 Kilometer

Tag 6

Pheriche

Zielort Pheriche (4.243 m)
Per Trekking 4:00 Stunden
Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)
Information Um eine gute Akklimatisierung zu gewährleisten, werden am heutigen Tage ein paar Ausflüge unternommen. Es geht hoch Richtung 4.700 Meter.
Es gibt ein paar wunderschöne Aussichtspunkte, von denen du die Bergwelt des Khumbu genießen kannst. Zurück nach Pheriche oder Dingboche geht es nach Lust und Laune.

Bergauf 500 Meter
Bergab 500 Meter
Distanz 6 Kilometer



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 6

Tourverlauf

Tag 7

Lobuche

Zielort Lobuche (4.930 m)
Per Trekking 6:00 Stunden
Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)
Information Das heutige Ziel heißt Lobuche. Lobuche ist eigentlich nur eine Ansammlung von ein paar Lodges. Ab heute gibt es aber grandiose Sonnenauf und-Untergänge vor den Bergriesen zu bestaunen. Die Aussicht auf die schneebedeckten Bergriesen ist grandios. Lobuche liegt vier Kilometer von dem nächsten Ziel Gorak Shep entfernt.

Am Nachmittag empfiehlt es sich, die Umgebung zu erlaufen. Dabei ruhig ein paar Meter weiter aufsteigen, bevor es ins Bett geht.

Bergauf 700 Meter
Distanz 12 Kilometer

Tag 8

Tagesetappe Mount Everest Base Camp

Zielort Mount Everest Base Camp (5.350 m)
Per Trekking 6:00 Stunden
Information Das heutige Ziel heißt Everest Base Camp auf 5.350 m. Zunächst geht es aber nach Gorak Shep, die höchst gelegene und permanent bewohnte Siedlung im Himalaya. Sie liegt genau am Rande der für den Menschen dauerhaft verträglichen Höhe. Am Morgen beginnt der Aufstieg, der Weg folgt dem Khumbu-Gletscher in Richtung Gorak Shep und überquert ihn schließlich. Nach ca. 2.5 Stunden ist Gorak Shep erreicht. Nach dem Mittagessen geht es weiter zum legendären Everest Base Camp, von dort aus starten die Everest-Expeditionen zum Gipfel und zum Khumbu-Icefall.

Bergauf 650 Meter
Distanz 6 Kilometer

Tag 8

Gorak Shep

Zielort Gorak Shep (5.170 m)
Per Trekking 2:00 Stunden
Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 7

Tourverlauf

Information Nach einer Pause geht es zurück nach Gorak Shep.

Bergab 400 Meter

Distanz 6 Kilometer

Tag 9

Tagesetappe Kala Patthar

Zielort Kala Patthar (5.650 m)

Per Trekking 4:00 Stunden

Information Die Nacht in Gorak Shep wird kurz. Bereits vor Sonnenaufgang, gegen 3:30 Uhr, sollte man sich auf den Weg zum Kala Patthar machen. Das Lichtspiel der aufgehenden Sonne im Khumbu, solltest du dir nicht entgehen lassen. Wer keine Lust hat so früh aufzustehen, kann sich auch den Sonnenuntergang vom Kala Patthar aus anschauen. Vom Gipfel des Kala Patthar (schwarzer Stein) hast du den perfekten Überblick auf die höchsten Berge dieser Erde. Der Mt. Everest, Lhotse, Nupse, Ama Dablam, Changste. Alle stehen vor dir und ragen in den Himmel.

Bergauf 400 Meter

Distanz 6 Kilometer

Tag 9

Lobuche

Zielort Lobuche (4.930 m)

Per Trekking 4:00 Stunden

Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)

Information Zurück vom Kala Patthar, mit 1000 Impressionen im Gepäck, wird in Lobuche übernachtet. Die Freude auf einen warmen Ofen und das Erlebte auszutauschen wird groß sein.

Bergab 650 Meter

Distanz 10 Kilometer



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 8

Tourverlauf

Tag 10

Thengboche

Zielort Thengboche (3.770 m)

Per Trekking 5:00 Stunden

Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)

Information Der Weg nach Thengboche ist nicht mehr als ein langer Spaziergang. Es geht anfangs den gleichen Weg zurück zu den Endmoränen nach Dughla, von wo aus man dann wahlweise auf andere Wege nach Tengboche ausweichen kann. Nachmittags ist Tengboche erreicht.

Bergauf 150 Meter

Bergab 1300 Meter

Distanz 14 Kilometer

Tag 11

Namche Bazaar

Zielort Namche Bazaar (3.447 m)

Per Trekking 6:00 Stunden

Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)

Information Bergab sollte Namche Bazaar bequem gegen Mittag erreicht sein und der Weg kann heute noch bis Monjo fortgesetzt werden (je nach Kondition und Laune). Der Weg nach Namche ist einfach! Es geht fast nur bergab am Fluss entlang. In Namche angekommen gibt es wieder alles was das Herz begehrt, die warme Dusche, Pizza, Kuchen und alles was man unterwegs so vermisst hat. Du wirst einen anderen Blick für diese Dinge haben. Genieße die Zeit.

Bergauf 200 Meter

Bergab 680 Meter

Distanz 15 Kilometer

Tag 12

Lukla

Zielort Lukla (2.860 m)

Per Trekking 7:00 Stunden

Unterkunft Eine Übernachtung in der Lodge/Teahouse, Übernachtung mit Frühstück (ÜF)



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 9

Tourverlauf

Information Heute ist der Rückweg nach Lukla geplant, nach dem Mittag ist der quirlige Ort mit dem legendären Flughafen erreicht.
Das war der letzte Trekking-Tag dieser Reise. Morgen geht es, wohl mit etwas Wehmut, zurück in die Zivilisation - nach Kathmandu.

Bergauf 250 Meter

Bergab 800 Meter

Distanz 20 Kilometer

Tag 13

Tagesetappe Kathmandu Tribhuvan Int. Airport

Zielort Kathmandu Tribhuvan Int. Airport (1.346 m)

Per Flugzeug 0:40 Minuten Flug

Information Abreise oder Anschlussprogramm.



Everest Base Camp Trekking low-budget

Angebot 298, Privattour 12 Tage Trekking schwer in der Nepal-Region, Nepal

Internet: <https://www.enjoy-nepal.de/Everest-Base-Camp-Trekking-low-budget.html>

Dieses Angebot ist gültig bis zum 04.06.2024

Stand: 23.04.2024, Seite: 10



Services

Allgemeines

- * Alle Gebühren und Genehmigungen für den Eintritt in die Nationalparks.
- * Privat-Tour. Keine Zusammenstellung von Reisegruppen. Jederzeit frei individualisierbar.

Transferleistungen

- * Flug von Kathmandu nach Lukla.
- * Flug von Lukla nach Kathmandu.
- * Alle für diese Tour erforderlichen Fahrten mit Auto, Taxi oder Bus.

Personal

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

Unterbringung/Verpflegung

- * Alle Übernachtungen in den Lodges während des Treks mit Frühstück.

Nicht enthalten

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