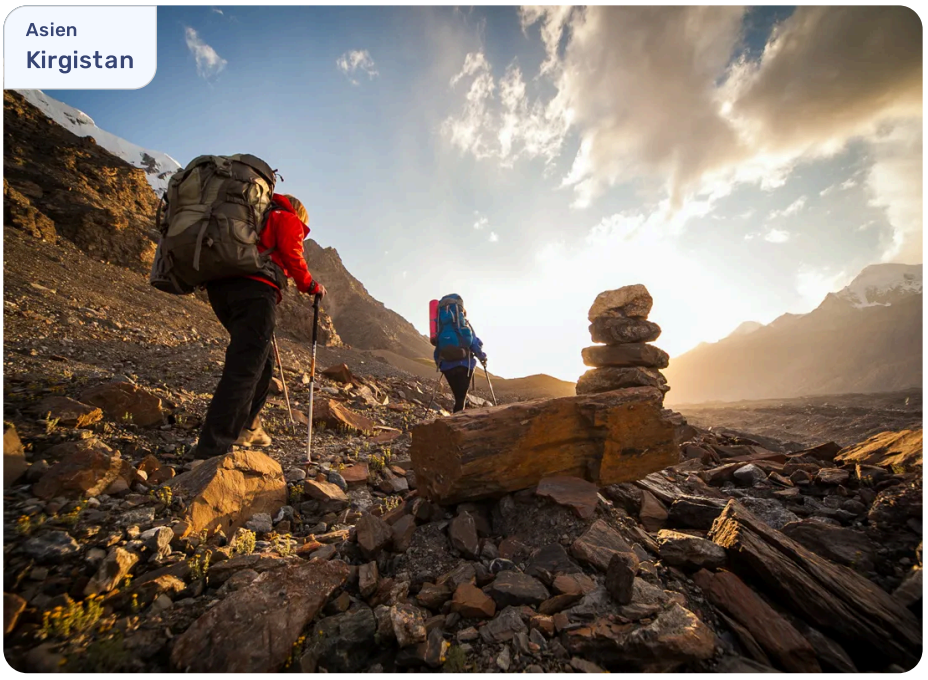
Trekking zum Basislager des Khan Tengri & Peak Pobeda

9 Tage am Inyltchek-Gletscher, Merzbacher See und Rundwanderung zum Khan Tengri. Inklusive Helikopterflügen über die „Himmelsberge“, Entspannung am Issyk-Kul-See und Besuch in Bischkek.

15 Tage

ASKG008



Weitere Bilder auf unserer Website ↗

Abenteuer im Herzen des Tian Shan Gebirges

Mit über 60 km Länge zählt der Inyltchek Gletscher zu den größten Gletschern außerhalb der Polarregionen und vermittelt im zentralen Tian Shan Gebirge die schier unfassbaren Größenverhältnisse der Natur. Während in den Alpen die 4.000er jährlich von zahllosen Alpinisten bezwungen werden, säumen den Inyltchek etliche 5.000er, die weder bestiegen wurden noch einen Namen tragen.

Ein Highlight der Reise ist das Basislager von Pobeda (7.439 m) und Khan Tengri und der Ausblick auf die beiden 7.000er. Dabei ist der Khan Tengri mit 7.010 m der nördlichste 7.000er der Erde. Sie erarbeiten sich diesen Blick während des 9-tägigen Trekkings, das auf den Spuren der ersten Expeditionen auch am rätselhaften Merzbacher See vorbeiführt. Auf Sie warten unberührte Natur, schroffe Gipfel, mächtige Gletscher und malerische Landschaften. Außerdem besuchen Sie am Ende der Reise noch die sowjetische Stadt Bischkek.

Fragen zur Reise?
Steffen Kiefer 0341 / 55 00 94-40 steffen.kiefer@at-reisen.de

Charakter und Anforderungen der Reise

Diese Trekkingtour kann von jedem geübten und trittsicheren Bergwanderer, der über gute Kondition verfügt, begangen werden. Für die einzelnen Tagesetappen, mit Auf- und Abstiegen bis zu 1.000 Höhenmetern, werden meist 5–8 h bei mäßigem Tempo benötigt. Der ungewohnte Aufenthalt in Regionen bis zu 4.100 m Höhe (Maximalhöhe der Tour) setzen einen gesunden, belastbaren Organismus voraus. Gerade im Tien Shan Gebirge kommt es immer wieder durch zu schnelles Aufsteigen und Nichtbeachten der Grundregeln beim Höhentrekking zu akuten Höhenkrankheiten, die einen sofortigen Abtransport in tiefere Regionen – meist mit Hubschraubern – erfordern. Deshalb sollten Herz und Kreislauf in Ordnung sein und der Körper im Vorfeld ausreichend konditionell auf diese Tour vorbereitet werden (Empfehlung von AT-Trainern – mindestens 2 x pro Woche Ausdauertraining mit ca. 1,5 h Pensum wie z. B. Treppenlaufen, Laufen allgemein oder Radfahren – also tourspezifische Trainingseinheiten). Bitte konsultieren Sie vor Reiseantritt Ihren Arzt.

Selbst ein gesunder Organismus darf jedoch keinesfalls durch zu rasches Gehen überbeansprucht werden. Langsames und stetiges Gehen ist sehr wichtig. Erfahrungsgemäß können manche Teilnehmer bereits durch die Klimaumstellung sowie die Änderung der Schlaf- und Essgewohnheiten geschwächt und damit „anfälliger“ werden. Sie selbst tragen nur das Notwendigste (Anorak, Wasserflasche, Fotoapparat etc.) in Ihrem Tagesrucksack. Das restliche Gepäck wird transportiert. Bitte beachten Sie dabei unbedingt, dass Ihr Hauptgepäck auf 12 kg beschränkt ist!

Unterwegs übernachten Sie in 2-Personen-Zelten. Die Zelte müssen nicht von den Teilnehmern aufgebaut werden. Es empfiehlt sich, die Rucksäcke/Reisetaschen in Schutzhüllen einzupacken. Für das Trekking ist keine besondere Ausrüstung erforderlich. Es genügen Leichtbergschuhe aus wasserfestem Leder mit guter Profilgummisohle sowie die übliche Wanderausrüstung und Regenschutz. Während der Tour sind mehrere Bachdurchquerungen nur zu Fuß möglich – dafür sind Trekkingstöcke und Trekkingsandalen erforderlich!

Aufgrund der absinkenden Temperaturen in der Nacht sollte jeder Teilnehmer einen guten Schlafsack (Daune oder Kunstfaser) mit einem Komfortbereich von -5°C im Gepäck mitführen. Grundvoraussetzung für die Tour ist Teamfähigkeit, Kameradschaft und Gruppentoleranz (Gruppenreise). Die Unterkünfte sind generell sauber, doch können weder westlicher Komfort noch Standard erwartet werden.

Anspruchsvoll

Reisen mit diesem Schwierigkeitsgrad stellen erhöhte körperliche Anforderungen. Längere Aktivitätsphasen, mehrere fordernde Tage in Folge und begrenzte Erholungszeiten sind möglich. Auch organisatorische oder äußere Bedingungen können zusätzliche Anforderungen stellen. Mentale Stabilität und Durchhaltevermögen sind wichtig.

Fitness	Training	Psychische Belastung
Gute körperliche Grundfitness notwendig	3–4× pro Woche Ausdauer- und Kräftigungstraining	Erhöht – Belastbarkeit, Eigenmotivation und Durchhaltevermögen erforderlich

Reiseverlauf

Tag 1

Abflug von Deutschland

Tag 2

Ankunft in Bischkek und Fahrt ins Karkara-Basislager (2.200 m)

Nach Ihrer Ankunft am internationalen Flughafen „Manas“ werden Sie von Ihrem lokalen Reiseleiter sowie Fahrer empfangen und zum Hotel gebracht, wo bereits das Frühstück auf Sie wartet (Early Check-in inklusive). Anschließend starten Sie mit der langen Fahrt ins Karkara-Tal. Die Straße führt durch die Boom-Schlucht und weiter am Nordufer des Issyk Kul Sees entlang.

Das Mittagessen nehmen Sie unterwegs in einem Café ein. Die Straße führt durch das Dorf Tup und dann weiter in nach Osten zum Kontrollpunkt Karkara. Beim Betreten der Grenzzone müssen Sie dem diensthabenden Soldaten die Grenzpapiere und Pässe vorzeigen. Nach der Ankunft im 2.200 m hohen Basislager können Sie sich im Zelt einrichten und dann wird das Abendessen serviert.

Übernachtung im Zelt im Basislager

Fahrzeit ca. 7-8 h / 400 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 3

Akklimatisierungswanderung im Karkara-Basislager (2.200 m)

Sie unternehmen am Nachmittag eine leichte Wanderung durch das Alpengebiet zum Chamyn-Sai-Pass. Sie wandern entlang der Grenze zwischen Kasachstan und Kirgisistan und beginnen dann mit dem Aufstieg zum Pass auf 2.700 m. Von dort aus haben Sie einen Panoramablick über das gesamte Karkara-Tal, das Char-Kuduk-Gebiet und die Tup-Schlucht.

Die Wanderung ist technisch leicht und ist neben der schönen Landschaft ein schönes Training für die kommenden Trekkingtage. Der Weg führt entlang einer breiten Schlucht, die von Nomadenjurten gesäumt ist und bietet einen Einblick in die Lebensweise einer aussterbenden Kultur.

Übernachtung im Zelt im Basislager

Distanz: 10 km / Aufstieg: 400 m / Abstieg: 400 m / Gehzeit 3-4 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 4

Hubschrauberflug ins Inyltchek–Tal und Wanderung zum Camp Iva (2.900 m)

Nachdem das Gepäck verpackt wurde, geht es zum Helikopter-Startplatz. Unter lautem Getöse startet der Hubschrauber und Sie fliegen über die malerische Landschaft des Tian Shans zum Ausgangspunkt der Trekkingtour, Prizhim, in das Inyltchek Tal. Hier befinden Sie sich noch unterhalb der gewaltigen Gletscherzunge (Endpunkt des Gletschers). Inmitten dieser urtümlichen Landschaft beginnt der spannende Teil dieser Reise. Das Gepäck wird auf die Begleitmannschaft verteilt und Sie starten mit dem Tagesrucksack und Lunchpaket. Sie laufen gemütlich ca. 10 km und 100Hm, bis Sie am Nachmittag den Fuß des Gletschers erreichen. Highlight des Tages ist neben der Querung einiger Seitenbäche der Blick auf den Nansen Peak (5.690 m) und Tus-Pass (4.001 m).

Die mächtigen schneebedeckten Gipfel mit ihren unterschiedlichsten skulpturalen Formen sind von West nach Ost sichtbar. Eines der großartigsten Alpengemälde der Welt! Sie kommen im Zeltlager Iva auf 2.900 m Höhe an und beziehen die Zelte.

Übernachtung im Zelt im Camp Iva

Gehzeit: 3-4 h / Aufstieg 700 m / Distanz: 10 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 5

Wanderung vom Camp Iva zum Camp Glina (3.100 m)

Mit über 60 km Länge und bis zu 3 km Breite ist der Inyltcheck Gletscher der größte des Tian Shans und zählt mit zu den Größten außerhalb der Polarregion. Die Menge an Eis würde nach Schätzungen ausreichen, um ganz Kirgistan mit 3 m Schmelzwasser zu bedecken.

Der Weg führt entlang der Seitenmoräne des Inyltcheck Gletschers bis zum Zusammenfluss mit dem Putevodnyi Gletscher. Steile Auf- und Abstiege sind ziemlich anstrengend und erfordern eine gute Kondition und Trittsicherheit. Eine tolle Herausforderung für den ambitionierten Wanderer! Sie versuchen, den rechten Hang der Gletscherterrasse zu erreichen. Aufgrund der steilen Wände ist auch immer mit Steinschlag zu rechnen. Daher ist bei den Abschnitten absolute Konzentration und Aufmerksamkeit gefordert. Die Mittagspause findet auf dem Gletscher statt. Dann steigen Sie auf einem schmalen Pfad eine weitere steile Terrasse hinauf. Die Vielfalt des Geländes und die Steilheit der Wege bringen jeden ins Schwitzen. Nach 8 km und 200 Hm erreichen Sie das Camp Glina, das seinen Namen (russisch für „Lehm“) seiner Lage auf einem grünen Lehmfeld verdankt.

Übernachtung in Zelten Camp Glina

Gehzeit ca. 5-6 h / Aufstieg: 200 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 6

Wanderung zur Merzbacher Wiese (3.400 m)

Heute erreichen Sie auf den Spuren des Entdeckers Gottfried Merzbacher die Merzbacher Wiese, der bereits 1902 die erste Expedition zum Khan Tengri unternahm.

Über verschiedene Terrassen, wobei Sie mehrere Kilometer schnurgerade zurücklegen, geht es weiter, bis Sie nach einer Flussüberquerung die Merzbacher Wiese erreichen. Sie ist der letzte Grasplatz in der Gegend und liegt direkt gegenüber dem einzigartigen Merzbacher See. Grandios ist der Blick nach Norden zum See und zu der Gebirgskette „Sarydzhaz Range".

In der Nähe des Camps gibt es auch die unter Leitung der Universität Potsdam befindliche Forschungsstation, wo Bewegungen der Eismassen und seismischer Aktivitäten genau erfasst werden.

Übernachtung im Zelt auf der Merzbacher Wiese

Gehzeit ca. 5-6 h / Aufstieg: 300 m / Distanz: 9 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 7

Tagesausflug zum Merzbacher See (3.400 m)

Sie wandern mit Tagesgepäck und überqueren den Südlichen Inyltchek Gletscher hinauf zum Merzbacher See - atemberaubende Eindrücke und Ausblicke erwarten Sie. Bis heute stellt die Konstellation der zwei aufeinanderstoßenden Gletscher Wissenschaftler vor Rätsel. Während der südliche Gletscher wächst, zieht sich der nördliche zurück. Genau zwischen dem sich zurückziehenden Nebenstrom und dem südlichen Hauptgletscher staut sich mit der Schmelze im Frühjahr ein bis zu 100 m tiefer See an – der Merzbacher See. Dieser bricht rätselhafterweise Ende Juli/Anfang August aus und entleert sich innerhalb von einem bis zwei Tagen vollständig.

Die darauf treibenden Eisberge kommen am Grund des Sees im Schlamm zum Liegen und Frieren im Winter fest. Das Schmelzwasser im Sommer, was den See um bis zu 2m am Tag füllt, löst die gefrorenen Blöcke, die daraufhin wie Korken zur Oberfläche schießen und die allgegenwärtige Stille für einen Augenblick zerreißen. Der Weg führt Sie über Geröll zum See und über den gleichen Weg wieder ins Camp zurück.

Übernachtung im Zelt auf der Merzbacher Wiese

Gehzeit 4-5 h / Distanz: 7 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 8

Von der Merzbacher Wiese zum Komsomolskij Gletscher (3.800 m)

Der Weg führt Sie heute zum Komsomolskij-Gletscher, einem Nebengletscher, der noch über 1.000 m zu den südlichen 5.000er Gipfeln ansteigt. Der Weg ist wieder vielfältig und umgeben von bizarren Schnee- und Felsformationen.

Der erste Teil der Wanderung führt rechts an den Terrassen entlang und kurz vor dem Shokalskyi-Gletscher geht es sanft abwärts. Der Weg erreicht den Gletscher und die schwarze Moräne, die aus dem Komsomolez Gletscher fließt. Das Gelände ist sehr abwechslungsreich und im permanenten Auf und Ab umwandern Sie kleine Flüsse, Felsspalten, und müssen sich beim Wandern auf die Wegstrecke konzentrieren.

Nach ca. 5-6 Stunden erreichen Sie das heutige Camp, welches erstmalig bei der Tour auf dem Eis/Gletscher auf 3.800 m Höhe aufgeschlagen wird. Meistens frischt nach 16 Uhr regelmäßig der Wind auf und die Temperaturen sind kühler als die Nächte davor.

Übernachtung im Zelt

Gehzeit ca. 5-6 h / Aufstieg ca. 400 Hm / Distanz: 12 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 9

Trekking zum Dikij Gletscher (3.900 m)

Sie dringen heute noch tiefer in das wilde Gebirge des Tien Shan ein. Das heutige Tagesziel ist das Camp am Dikij Gletscher. Das charakteristische Merkmal der Region ist eine große Anzahl namenloser, noch unbestiegener Gipfel 5.000er Berge. Direkt vom Lager überqueren Sie die Proletarskij Gletschermoräne, gelangen in die Mitte der Dikij Gletschermoräne und wandern entlang dieser bis zum Dikij Gletscher hinauf.

Der erste Teil des Weges ist uneben - es geht permanent auf und ab. Näher zum Gletscher wird die Moräne flacher und es gibt weniger Spalten und Bäche. Nach der Mittagsrast am Proletarskij Gletscher gehen Sie leicht bergauf. Das Dikij Camp befindet sich hinter dem Pesnya-Abaya-Gipfel. Vom Dikij Camp aus haben Sie einen fantastischen Blick auf die Gipfel des Obelisken aus Felsen und Eis, dem Khan Tengri, sowie auf den Pobeda, Gorky, Chapaev und Trehglavaya. Hier befindet sich auch einer der am schwierigsten zugänglichen Drei-Länder-Ecken der Welt – zwischen Kirgistan, Kasachstan und China. Offiziell ist der Khan Tengri als 7.000er gelistet, weil er mit Eiskappe 7.010 m hoch ist, ohne wären es 6.995 m.

Übernachtung im Zelt auf dem Gletscher

Gehzeit: 4-6 h / Aufstieg: 100 m / Distanz: 10 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 10

Dikij-Gletscher – Südinyltchek-Basislager (4.100 m)

Am Morgen brechen Sie zum Südinyltchek-Basislagers auf. Hier befindet sich der Ausgangspunkt für die Besteigung des Khan Tengri (7.010 m) und Peak Pobeda (7.439 m). Die Landschaft ist einfach fantastisch und lässt jedes Trekking- oder Bergsteigerherz höherschlagen!

Heute erwartet Sie eine relativ kurze Trekkingetappe. Sie überqueren den gesamten Gletscher bis zur Mittelmoräne, wo sich das Basislager befindet. Der Weg ist mit Felsen, Eis, Bächen, Seen und Rissen bedeckt. Es ist jedoch möglich, ohne Seil und Steigeisen bis zum Basislager zu kommen.

Zur Mittagszeit erreichen Sie das Südinyltchek Basislager und der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Genießen Sie das überwältigende und einmalige Panorama!

Übernachtung im Zelt im Basislager

Gehzeit: 5-6 h / Aufstieg: 200 m / Distanz: 8 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 11

Rundwanderung zum Fuße des Khan Tengri

Die imposante Pyramide des Khan Tengri ist zweifellos das Juwel des Tian Shan. Er ist der zweithöchste Berg dieses nördlichsten und abgelegensten der großen asiatischen Gebirgszüge. Die Einheimischen nennen die weißen Gipfel „Himmelsberge“. Die Panoramaaussichten sind einfach traumhaft! Abendessen und Übernachtung im Zelt.

Übernachtung im Zelt im Basislager

Gehzeit: 4-5 h / Aufstieg: 100 m / Abstieg: 100 m / Distanz: 5-6 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 12

Helikopterflug über die Himmelsberge und weiter zum Issyk Kul See

Sie verabschieden sich heute von den schönen Bergen, packen Ihre Sachen und steigen in einen Helikopter, der Sie zurück nach Karkara fliegt.

Nach der Landung erfolgt der Transfer zum Issyk Kul See. Nach dem Titicaca See ist er der zweitgrößte Hochgebirgssee der Erde und spielt eine zentrale Rolle Im lokalen Mikroklima. Durch die geothermische Aktivität unterhalb des Sees friert er selbst in den kalten Wintern bei -20°C nicht zu und im Sommer liegt die Wassertemperatur mit 22-25° häufig über der Lufttemperatur. Sie stoppen für ein leckeres Mittagessen in einem Restaurant und für die Petroglyphenstätte bei Cholpon Ata.

Übernachtung im Hotel am Issyk Kul

Flug: 30 min / Fahrzeit ca. 3 h / 200 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 13

Fahrt nach Bischkek

Nach dem Frühstück führt die Route durch enge Schluchten und vorbei anreißenden Flüssen. In der Nähe der Stadt Tokmok besuchen Sie den Burana-Turm – eines der letzten Gebäude der alten Stadt Balasagyn, die vor ca. 1.000 Jahren Hauptstadt des Staates Karakhanid war. Durch die Seidenstraße von China nach Europa war dies einst ein prosperierender Handelsplatz.

Kleine Museen und antike Gräber zeugen von der damaligen Zivilisation. Am frühen Nachmittag erreichen Sie Bischkek und können sich etwas ausruhen.

Übernachtung im Hotel in Bischkek

Fahrzeit: 5-6 h / 270 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 14

Bischkek Stadtbesichtigung

Die sowjetische Stadt entdecken Sie heute auf einer Stadtrundfahrt, die am berühmten Osch-Basar beginnt. Er ist ein Paradebeispiel für Handel und pulsierendes Leben. Hier bietet sich die Gelegenheit, handgefertigte Souvenirs, Trockenfrüchte, Gewürze usw. zu erwerben.

Nach dem Marktbesuch geht entdecken Sie einige Highlights, wie das Manas-Denkmal, das dem Nationalhelden Kirgisistans gewidmet ist, die Staatsflagge und die Zeremonie der Ehrenwache, das Revolutionsdenkmal von 2010, das Weiße Haus und die Lenin-Statue. Sie sehen auch den berühmten Siegesplatz, der dem Zweiten Weltkrieg gewidmet ist.

Übernachtung im Hotel in Bischkek

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 15

Transfer zum Flughafen und Heimflug

Heute werden Sie je nach Ihrer Abflugzeit zu Flughafen gebracht und treten die Heimreise an.

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

Das ist inbegriffen

- [x] Alle Transfers, Überland- und Besichtigungsfahrten lt. Programm
- [x] 14x Übernachtung in Hotels (Bischkek), während des Trekkings Übernachtung in fest installierten geräumigen Zelten mit Isomatten (Early Check-in an Tag 2)
- [x] Vollverpflegung: 14x Frühstück, 13x Mittagessen, 13x Abendessen/ Trekkinggetränke: 1 l Wasser/p.P/Tag, heißes Wasser, Tee oder Kaffee (in den Camps zusätzlich Süßigkeiten, Kekse usw.)
- [x] Begleitmannschaft und Träger (Gepäcktransport während des Trekkings, max. 12 kg persönliches Gepäck)
- [x] Toilettenzelt und Duschzelt (kleine Schüssel und Schöpfkelle + warmes Wasser (bei schlechtem Wetter kann Bereitstellung von warmem Wasser schwierig sein)
- [x] Durchgängiger Englischsprachiger Reiseleiter / Trekkingguide
- [x] 2x Helikopterflug Karkara – Inyltchek Tal Karkara
- [x] Parkeintritt und Umweltgebühr
- [x] Trekkinggenehmigungen

- [x] Grenzzonengenehmigung
- [x] Sonderkonditionen bei verschiedenen Ausrüstern und Bergsportläden (Sprechen Sie uns an)

Nicht enthalten

- [ ] Internationale Flüge
- [ ] Trinkgelder
- [ ] Übergepäck Trekking – ca. 15 USD pro kg
- [ ] EZ-Zuschlag
- [ ] individuelle Besichtigungen und Ausflüge
- [ ] nicht erwähnte Getränke und Mahlzeiten
- [ ] Versicherungen
- [ ] Schlafsack

Wichtige Informationen zur Reise

Zu dieser Reise

Übersicht der Unterkünfte

- Bishkek = 3* Hotel (4 Nächte)
- Karkara Basislager = Festes Zeltlager (2 Nächte)
- Iva Camp = Festes Zeltlager (1 Nacht)
- Glina Camp = Festes Zeltlager (1 Nacht)
- Merzbacher Wiese = Festes Zeltlager (2 Nächte)
- Komsomolskiy Camp = Festes Zeltlager (1 Nacht)
- Dikiy Camp = Festes Zeltlager (1 Nacht)
- Süd-Inylchek Basislager = Festes Zeltlager (2 Nächte)
- Issyk Kul = 4* Hotel (1 Nacht)

Zum Land

Visum

Die Einreise nach Kirgistan für einen Aufenthalt von bis zu 60 Tagen erfordert kein Visum. Reisedokumente müssen drei Monate über die geplante Ausreise bzw. die Gültigkeit des Visums hinaus gültig sein und sollten unbeschädigt sein.

Impfungen

Impfungen sind nicht vorgeschrieben, aber empfohlen werden Impfungen gegen Hepatitis A, Hepatitis B, FSME, Tollwut sowie Typhus.

Devisen

Euro in kleinen Stückelungen kann in Bischkek getauscht werden.

Zeitverschiebung

GMT +6, Sommerzeit +4 Stunden, im Winter + 5 Stunden

Klima

Tagsüber ist es durch die recht intensive Sonneneinstrahlung warm, jedoch sinken nachts die Temperaturen bis zum Gefrierpunkt. In größeren Höhen gehen die Temperaturen bis - 10°C runter. In Bischkek haben Sie ein warmes Klima von 30 bis 40°C.

Netzspannung und Stecker

Die Spannung beträgt, wie in Deutschland, 220 V und die Frequenz liegt bei 50 Hz. Die Steckdosen des Typs c und F werden verwendet.

Trinkgeld

In Cafés und Restaurants findet man auf den Rechnungen oft einen Aufschlag von 10% - 15%, dies ist jedoch kein Trinkgeld, sondern der Lohn des Personals. Als Richtwert gilt ein durchschnittliches Trinkgeld von etwa 7–10 US-Dollar pro Person/Tag für alle Angestellten (Fahrer, Reiseleiter, Gepäckträger).

Über uns

Hinweis zu Reiseänderungen

Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass es zu Verzögerungen, Routenänderungen oder Programmumstellungen kommen kann – bedingt durch ungünstige Verhältnisse, schlechtes Wetter, organisatorische Schwierigkeiten, Nationalparkregulierungen etc. Sie sollten daher Abenteuergeist mitbringen, verbunden mit der Bereitschaft auf Komfort zu verzichten und ggf. Toleranz und Geduld zu üben.

Bei einem vorzeitigen Abbruch einer Berg- oder Trekkingtour oder Rundreise/Safari besteht kein Anspruch auf Kostenerstattung. Die dadurch zusätzlich anfallenden Kosten (Vorortpreise der Hotels, alle Transfers, u.a.m.) sind vom Reisenden selber zu tragen. AT Reisen übernimmt keine Haftung für die Funktionsfähigkeit der persönlichen Ausrüstung der Reiseteilnehmer. Dies gilt auch, soweit dieses Equipment durch die Reiseteilnehmer vor Ort geliehen/ gemietet wird.

Versicherungen

Wir empfehlen Ihnen die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung bzw. die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung inkl. Reiseabbruch-Versicherung der ERGO Versicherung. Dieses Paket mit RRV oder Rundum Sorglos Schutz können Sie als Einmalschutz oder als Jahresversicherung (meistens preiswerter) bis 30 Tage vor Abreise abschließen.

Gerne senden wir Ihnen den Link zu und stehen Ihnen beratend zur Seite. Infos und Abschluss unter: **https://www.at-reisen.de/reiseversicherung**.

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Für diese Reise gelten die AGB von AT REISEN GmbH. Diese finden Sie auf unserer Internetseite.

Veranstalter

AT REISEN GmbH Leipzig

Hinweis Kursschwankungen

Wir möchten anmerken, dass bei erheblichen Kursschwankungen des Euros nach unten muss der Preis angepasst werden. Der aktuell dargestellte Preis basiert auf dem Kurs vom 05/2026.

Ich packe meinen Koffer und nehme mit...

Drucken Sie sich gerne diese Liste aus und kreuzen sie ab, damit Sie nichts vergessen.
Folgende Ausrüstungssachen empfehlen wir:

Hier ist der Text aus dem Bild Bildschirmfoto 2026-07-07 um 10.00.49.png originalgetreu als Liste wiedergegeben:

Nachfolgend genannte Ausrüstungssachen empfehlen wir:

- [ ] Trekkingrucksack oder Reisetasche
- [ ] Packsack (Schutzsack gegen Nässe und Staub bei AT zu kaufen)
- [ ] 1 Tagesrucksack ca. 30 Liter Volumen, auch als Handgepäck verwendbar, mit Regenschutz
- [ ] Flugtickets, Reisepass + Reisepasskopie, 1 Passbild
- [ ] Euro in bar
- [ ] 1 Paar knöchelhohe Trekkingschuhe (Leichtbergschuhe) mit Profilsohle (gut eingelaufen)
- [ ] 1 Paar Sport- oder Turnschuhe / 1 Paar Sandalen (Überlandfahrten, Flussüberquerungen)
- [ ] 1 Goretexjacke wind- und wasserdicht
- [ ] Fleece Pullover, Fleece Jacke
- [ ] lange Hosen, davon 1 Trekkinghose, Überhose wasserdicht
- [ ] kurze Hose, T-Shirts
- [ ] Funktionsunterwäsche, warme Socken, Trekkingsocken ohne Naht
- [ ] Wollmütze, warme Handschuhe (Fäustlinge empfehlenswert)
- [ ] Waschzeug (alles in kleinen Dosierungen), Handtuch
- [ ] 1 Schlafsack (Daune oder Kunstfaser) bis –5°C im Komfortbereich tauglich
- [ ] 1 Isoliermatte
- [ ] 1 LED-Stirnlampe mit Ersatzbatterien
- [ ] Thermosflasche, Trinkflasche
- [ ] Wasserreinigungstabletten
- [ ] Sonnenhut, gute Sonnencreme (mind. 25, besser 50+), Fettstift für die Lippen
- [ ] Gletscherbrille mit Seitenschutz (bei AT preiswert und in großer Auswahl erhältlich)
- [ ] Toilettenpapier 1 Rolle, Papiertaschentücher, Ohropax
- [ ] Fotoausrüstung mit ausreichend Akkus + Speicherkarten, eventl. Fernglas
- [ ] Zusatzverpflegung (Power Bar Gel, Gummitiere, Schokolade, Süßigkeiten, Bonbons, Teebeutel
- [ ] Medikamente gegen Verdauungsstörungen, Erkältung, Kopfweh, Kreislauf, Pflaster, Insektenschutz (z.B. Braeco Mückenabwehr – natürliches Mittel bei AT erhältlich) – (Autan ist chemisch!)

- [ ] 1 Paar Teleskop-Stöcke als Gehhilfe (dringend empfohlen bei Bachdurchquerungen, steilen Auf- und Abstiegen)
- [ ] wasserfeste Plastikbeutel (verschiedene für die bessere Übersicht im Hauptgepäck), zusätzlicher Beutel für die Schmutzwäsche und Problemmüll, den Sie wieder mit nach Hause nehmen (z.B. Batterien und Alu)
- [ ] Elektrolytgetränk

ACHTUNG: Alle Sachen sollten gegen Nässe geschützt verpackt werden (Extrabeutel)!