

Expedition zum Manaslu (8.163 m)



38 Tage

EXAS016

[Weitere Bilder auf unserer Website](#) ➔

Preis p. P.

ab 12.649 € zzgl. Flug

Reisebeschreibung

Der Manaslu ist der achthöchste Gipfel der Welt und seine höchste Spitze ragt 8.163 Meter (26.781 ft) vom Meeresspiegel in den Himmel. Er befindet sich inmitten der Mansiri-Himal-Region im Bezirk Gorkha von Nepal. Der Berg Manaslu gilt als der „Berg des Geistes“ und liegt unmittelbar an der Grenze zu Tibet. Hier nennt man ihn Kutung. Der Gipfel liegt ca. 64 km östlich der gewaltigen Annapurna-Gruppe. Die beiden Bergsteiger Toshio Imanishi und Gyalzen Norbu bestiegen am 9. Mai 1956 den Gipfel. Obwohl es früher mehrere Expeditionen auf den Manaslu gab, wurde die Expedition auf den Manaslu jedoch erst 1991 offiziell von der Regierung freigegeben. Heute zählt die Region jährlich steigende Besucherzahlen durch Wanderer und Bergsteiger. Nach dem Anmarsch durch das immer noch ursprüngliche Dudh-Khola-Tal und Überschreitung des Larkya La Passes (5.106 m) erreichen Sie den schon fast tibetischen anmutenden Ort Samdo. Von hier ist es nun noch einen Tagesmarsch hinauf bis zum Basislager. Neben einem obligatorischen Einzelzelt, Dusch- und Aufenthaltszelt werden Sie hier im Basislager von einem erfahrenem Küchenteam und Koch kulinarisch verwöhnt. Nach ausreichender Höhenanpassung erfolgt nun der Aufstieg über 3-4 Hochlager auf der technisch mittelschweren Nordostflanke zum Gipfel. Nach einer kurzen Flachpassage auf über Siebentausend Metern, geht es noch einmal kurz

Fragen zur Reise?

Steffen Kiefer ☎ 0341 / 55 00 94-40 ✉ steffen.kiefer@at-reisen.de

AT REISEN GmbH | 1

Ein Erlebnis, das lange und dauerhaft in Erinnerung bleiben wird! Absolut expeditionserfahrene Sherpas, die schon mit einer aussagekräftigen Liste an Gipfelerfolgen an Achttausendern und Siebentausendern aufwarten, leiten die Expedition, tragen mit Lasten in die Hochlager und werden Sie die komplette Reise und besonders an den Bergtagen betreuen. Auch am Gipfeltaag gehen Sie mit Ihnen bis zum Gipfel. Diese vielen fleißigen Helfer bilden den Grundstein für den Gipfelerfolg. Dadurch haben Sie bei dieser Expedition die größtmöglichen Aussichten auf Erfolg. Lassen Sie Ihren Traum wahr werden! Namaste und herzlich Willkommen am Manaslu!

Charakter und Anforderungen der Reise

Um an dieser Expedition teilnehmen zu können, sind besondere körperliche Voraussetzungen zu erfüllen. Natürlich sind Top-Kondition, Schwindelfreiheit und absolute Trittsicherheit ein unbedingtes Muss. Sicheres und selbständiges Gehen in schwierigem Gelände wie z. B. Geröllhalden, Moränenschutt, Grashänge, Blockwerk und auf flachen, geröllbedeckten Gletschern, in Schnee und Eis sowie ein außerordentliches physisches und psychisches Durchhaltevermögen und eine gewisse Leidenschaft sind weitere entscheidende Voraussetzungen und gehören zum Expeditionsalltag dazu. Grundvoraussetzung ist der sichere Umgang mit Pickel und Steigeisen und selbständiges Gehen in einer Seilschaft oder auch Solo, denn es sind zum Teil 30° bis 50° steile Eispassagen zu bewältigen. Jeder Teilnehmer trägt ab dem Basislager einen Teil seiner eigenen Ausrüstung selbst (den größten Teil der Climbing -Sherpa/in Absprache mit dem Sherpa) in die Hochlager und runter. Die Sherpas kochen in den Hochlagern und bauen die Zelte auf und ab. Einige 4.000er in den Alpen (Westalpen Erfahrung), Sechs- und wenn möglich Siebentausender sollten, bereits bestiegen wurden sein. Die Expedition ist so organisiert, dass alle Teilnehmer den größtmöglichen Handlungsspielraum haben, um persönliche Vorstellungen zu verwirklichen. Trotzdem kann nicht jeder machen, was er will. Wer sich auf solch eine Gruppenreise einlässt, muss wissen, dass Kompromisse notwendig sind. Es gelten die Grundregeln der Expeditionsgemeinschaft, also Toleranz und Hilfsbereitschaft gegenüber den Mitreisenden, der Reiseleitung und den einheimischen Helfern! Jeder trägt somit zum guten Gelingen der Expedition bei. Der Expeditionsleiter wird von uns ermächtigt, Teilnehmer von der Expedition auszuschließen, wenn eine Gefährdung des Unternehmens und der Gemeinschaft vorliegt oder der Teilnehmer den Anforderungen nicht gewachsen ist. Wenn ungünstige Bedingungen die Organisation der Tour oder die Sicherheit in Frage stellen, kann es notwendig werden, dass die Teilnehmer persönliche Interessen zurückstellen müssen. Die ungewohnte Höhenlage und der Aufenthalt in Regionen bis 8.200 m Höhe setzen einen gesunden, belastbaren Organismus voraus. Gerade im Himalaya-Gebiet 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 sollte Ihr Herz und Kreislauf in Ordnung sein und der Körper ausreichend konditionell auf diese Tour im Vorfeld darauf vorbereitet werden (Empfehlung von AT-Trainern – mindestens 5-6 x pro Woche Ausdauertraining mit ca. 1-2 h Pensum wie z.B. Treppenlaufen, Bergsteigen, Skitouren, Laufen allgemein oder Radfahren – also tourspezifische Trainingseinheiten). Bitte konsultieren Sie vor Reiseantritt Ihren Arzt. Selbst ein gesunder Organismus darf keinesfalls durch zu rasches Gehen überbeansprucht werden. Langsames und stetiges Gehen ist sehr wichtig (Pistari, Pistari!); erfahrungsgemäß können manche Teilnehmer bereits durch die Klimaumstellung sowie die Änderung der Schlaf- und Essgewohnheiten geschwächt und damit „anfälliger“ werden. Grundvoraussetzung für die Tour ist Teamfähigkeit, Kameradschaft und Gruppentoleranz.

Hinweis: Bitte zur Buchung eine Tourenliste zusenden (Touren, Gipfel, Trekkings usw.).

Fragen zur Reise?

Extrem

Reisen dieses Schwierigkeitsgrades stellen sehr hohe Anforderungen an Körper und Psyche. Lange Belastungsphasen, schwierige äußere Bedingungen und kaum vorhersehbare Situationen sind möglich. Erholungszeiten sind begrenzt. Neben exzellenter körperlicher Fitness ist eine ausgeprägte mentale Belastbarkeit entscheidend, um auch unter Stress, Erschöpfung oder Unsicherheit handlungsfähig zu bleiben.

Fitness

Ausgezeichnete körperliche
Verfassung zwingend erforderlich

Training

5–6× pro Woche gezieltes
Ausdauer-, Kraft- und
Belastungstraining

Psychische Belastung

Sehr hoch – mentale Stärke,
Stressresistenz,
Eigenverantwortung und
Erfahrung im Umgang mit
Extremsituationen erforderlich

Bergzeichen

Für diese Touren ist es unerlässlich, dass Sie mit Pickel und Steigeisen umgehen können. Außerdem ist Gletschererfahrung zwingende Voraussetzung.

Reiseverlauf

Tag 1

**Abflug von Deutschland, Österreich oder
Schweiz (Flug nicht im Preis enthalten)**

Tag 2

**Ankunft in Kathmandu und Transfer zum Hotel
(1,400m). Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung**

Verpflegung

 Frühstück

Tag 3

Expeditionsbriefing und Organisation des Permits, letzte Besorgungen erledigen, Freizeit

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 4

Fahrt von Kathmandu nach Besisahar (760m)

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 5

Trek von Besisahar nach Dharapani (1,860)

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 6

Trek von Dharapani nach Tilije (2,300m)

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 7

Trek von Tilije nach Bhimthang (3,720m)

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 8

Rasttag in Bhimthang (Höhenanpassung)

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 9

Trek von Bhimthan nach Samdo (3,872m) via Larke Pass (5,106 m)

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 10

Trek von Samdo nach Sama Gaun (3,541m)

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 11

Trek von Sama Gaun zum Manaslu Basecamp (4,700m)

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 12–30

Besteigungszeit - Base Camp - Manaslu Summit (8,163m)– Base Camp

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 31

Trek von Manaslu Base Camp nach Sama Gaun (3,541m)

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 32

Trek von Sama Gaun nach Namrung (2,670m) *nach Arughat (Heli) (falls gebucht).

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 33

Trek von Namrung nach Philim (1,606m)

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 34

Trek von Philim nach Machha Khola (883m) - letzter Trekkingtag

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 35

Fahrt von Nacha Khola nach Kathmandu

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 36

Freier Tag in Kathmandu

Verpflegung

☞ Frühstück

Tag 37

Transfer zum Flughafen und Flug in Eigenregie

Verpflegung

☞ Frühstück

Tag 38

Ankunft in Deutschland, Österreich oder Schweiz

Leistungen

Das ist inbegriffen

- ☒ alle Transfers, Überland- und Besichtigungsfahrten lt. Programm
- ☒ Organisation der gesamten Expedition
- ☒ Übernachtung in Hotels (Kathmandu), während des Trekkings in Zelten o. Lodges (lt. Detailprogramm)
- ☒ Gipfelgebühren (Permit) und Nationalparkeintritt
- ☒ Sämtliche Gebühren für den obligatorischen Liaison Officer
- ☒ Müllgebühren am Berg
- ☒ Versicherung für das komplette nepalesische Personal welches bei der Tour involviert ist
- ☒ Begrüßungsabendessen in einem typischen nepalesischen Restaurant
- ☒ 1x Trekkingkarte
- ☒ • Vollpension während des Trekkings und im Basislager inkl. Schwarztee oder heißes Wasser pro Tag für das Trekking und alle Heißgetränke (Kaffee, Tee, Wasser) zu den Mahlzeiten, sonst Frühstück (lt. Detailprogramm)
- ☒ Koch, Träger (max. 60 kg pro Gast) oder Tragetierr während des Trekkings, Hilfspersonal sowie örtliche Führer

Fragen zur Reise?

Steffen Kiefer ☎ 0341 / 55 00 94-40 ✉ steffen.kiefer@at-reisen.de

AT REISEN GmbH | 7

- ☒ sämtliche Löhne für alle für das komplette nepalesische Personal welches bei der Tour involviert ist
- ☒ komplette Basis- und Hochlagerausrüstung inkl. Kochausrüstung, Brennstoff und Hochlagerverpflegung
- ☒ • Gutes Gruppenzelt mit bequemen Stühlen und Heizer für die Abendstunden; Tische, WC-Zelt, Dusch-Zelt, Staff-Zelt, Equipment-Zelt
- ☒ Internet (Wi-Fi im Basislager gegen Aufpreis für private Zwecke)
- ☒ 1 Zelt pro Teilnehmer/in im Basislager inkl. Matratze und Kopfkissen
- ☒ Erfahrenes Fixseil-Team für die Aufstiegsroute inkl. Fixseile, Bergseile, Firnanker, Eisschrauben, usw.
- ☒ Satellitentelefon (für den Notfall), exklusiv Gesprächsgebühren für private Gespräche
- ☒ Funkgeräte: 1 Funkgerät (9 Volt) pro 2 Teilnehmer/innen
- ☒ 1 lokaler erfahrener Climbing-Sherpa mit guter Ausrüstung pro 1 Teilnehmer/innen
- ☒ Englischsprechender erfahrener Haupt-Bergführer
- ☒ 3 Sauerstoffflaschen inkl. Maske und Regler (4 l) für den Gipfeltaag (wer möchte)
- ☒ Medizinischer Sauerstoff für den Notfall inkl. Regler und Maske
- ☒ Wetterbericht von Meteotest im Basislager täglich verfügbar
- ☒ Notfall-Apotheke im Basislager mit Pulsoxymeter
- ☒ Strom im Basislager für das Laden der elektronischen Geräte (Achtung: nur beschränkt möglich)
- ☒ Gipfelurkunde nach erfolgreicher Besteigung (MoCTCA)
- ☒ Deutschsprechender AT REISEN Reiseleiter (bei Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen)
- ☒ Expeditions-Vorbereitungstreffen (digital/ca. 1 Monat vor Reisebeginn)
- ☒ Sonderkonditionen bei verschiedenen Ausrüstern und Bergsportläden (bitte fragen Sie uns)

Nicht enthalten

- ☒ Flüge nach/ ab Kathmandu (gern sind wir Ihnen bei der Flugbuchung behilflich)
- ☒ Visakosten 120,- USD (2x 30 Tage)
- ☒ fehlende Mahlzeiten, Getränke
- ☒ Trinkgelder allgemein (s. Nepal-Infoblatt) / besonderes Trinkgeld wird von den Sherpa-Guides bei Gipfelerfolg erwartet «Gipfelbonus» (ca. 1500 USD) / Hinweis: Dieser ist auch fällig bei Nichterreichen des Gipfels.
- ☒ individuelle Besichtigungen und Ausflüge
- ☒ Übergepäck bei Trekking
- ☒ zusätzlicher privater Hochträger
- ☒ Einzelzimmerzuschlag 150,- Euro (gilt nur für die Stadtübernachtungen, während des Trekkings muss vor Ort in bar bezahlt werden, da keine Reservierungen vorgenommen werden können. Die Zuschläge für das Einzelzimmer sind jedoch sehr gering.) Einzelzelt auf Anfrage!
- ☒ Versicherungen inkl. Rettungskosten (z.B. Helikopter)

Fragen zur Reise?