Expedition Ama Dablam (6.812 m) + Lobuche East Peak (6.119 m)

Besteigung des schönsten Gipfels im Everest-Gebiet

16 Termine | 33 Tage | 2–14 Personen | EXAS017

Asien
Nepal







Weitere Bilder auf unserer Website ↗

Preis p. P.
ab 7.290 € zzgl. Flug

Reisebeschreibung

- **Schönster Berg im Everest-Gebiet**
- **Gipfelziel mit relativ hohen Erfolgschancen!**
- **Besteigung über den Süd-West-Grat mit 4 Hochlagern**
- **Betreuung durch AT REISEN Expeditionsleiter und Sherpa Team**
- **Einzelzelt im Basislager**
- **Ein erfahrener Climbing Sherpa betreut 1 Teilnehmer**
- **Großartiges Anmarschtrekking über Dingpoche**
- **Alle Gebühren und Eintrittsgelder inklusive**
- **Komplette Hochlagerausrüstung und Verpflegung wird gestellt**
- **Lobuche East – idealer Vorbereitungsberg + Höhenanpassung**
- **Besuch des Klosters in Tengpoche**

Die Ama Dablam, im Volksmund als „Matterhorn des Himalayas“ bekannt, ist einer der schönsten Berge der Welt und liegt im Himalaya-Gebirge im Osten Nepals. Ama Dablam zeichnet sich durch seine einzigartige Pyramidenform aus. Der hängende Gletscher, der an der Südwestwand von Ama Dablam zu sehen ist, ähnelt dem heiligen Schmuckkästchen der Sherpa-Frauen, das als Dablam bekannt ist und ihm daher den Namen „Ama Dablam“ gibt. Dieser Gipfel erhebt sich 6.812

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

Meter über dem Meeresspiegel. Der Berg beeindruckt nicht nur durch seine Höhe, sondern besonders durch seine Ästhetik. Die Ama Dablam liegt in der Region Khumbu in Nepal, südlich des Mt. Everest. Während des Aufstiegs zum Gipfel erleben Sie traumhafte Aussichten auf das höchste Gebirge der Welt! Der übliche Aufstieg zur Ama Dablam erfolgt vom Südwestgrat aus. Dies war die gleiche Route, die von den Bergsteigern gewählt wurde, die 1961 zum ersten Mal den Gipfel erreichten. Üblicherweise errichteten die Bergsteiger drei Hochlager direkt unterhalb und rechts des Hängegletschers „Dablam". Die Wanderung ist bis Lager 1 recht einfach, aber die Herausforderung beginnt dann von Lager 1 bis Lager 2, da es in den schmalen Kanten von Graten aus Granit technischer wird. Diese Herausforderung nimmt von Lager 2 zu Lager 3 noch mehr zu. Ein gewisses Risiko von Gletscherabbrüchen kann man nicht vermeiden, aber man sagt, Abenteuer ohne Risiko ist Disneyland. Die Ama Dablam ist ein Berg für ambitionierte Bergsteiger, die sich im Felsklettern und Steileis zuhause fühlen. Wenn Sie diese Erfahrung als Kletterer mitbringen und sich einem Expeditionsteam zu einem der außergewöhnlichsten Berge der Welt anschließen möchten, dann ist die Ama Dablam Expedition genau das Richtige für Sie.

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 Leidensfähigkeit 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 45° steile Eispassagen zu bewältigen (auch ohne Seilsicherung). Weiterhin sollten Sie ein geübter Felskletterer sein und bis zum V. Schwierigkeitsgrad (UIAA) klettern können und ausgesetzte Gratpassagen bereiten Ihnen keine Schwierigkeiten. Generell werden zwar die kniffligen Passagen vom den Sherpas versichert und in den letzten Jahren wurden die Fixseile durchgehend von Lager I bis zum Gipfel angebracht. Trotz dieser vermeintlichen Sicherheit sollte man die die Anforderungen nicht zu unterschätzen und sich auf die Besteigung gründlich vorbereiten (Mental wie Physis). Nur so können Sie mit Freude diese Unternehmung bewältigen! Jeder Teilnehmer sollte sich auch konditionell perfekt auf diese Besteigung vorbereiten. Die Gehzeiten liegen bei 6-9 h und am Gipfeltage bis zu 12 Stunden. Jeder Teilnehmer trägt ab dem Basislager einen Teil seiner eigenen Ausrüstung. Der persönliche Sherpa-Guide transportiert die Sicherheitsausrüstung, Zelt, Kocher und Verpflegung und hilft beim Kochen in den Hochlagern. Sie sollten unbedingt Westalpenerfahrung mitbringen und es sollten auch bereits einige Fünf-und Sechstausender im Tourenbuch stehen. Grundvoraussetzung ist weiterhin ein hohes Maß an Einsatzbereitschaft, Teamgeist und Toleranz! Es gelten generell 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 6.830 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, Klettern, 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. **Hinweis:** Bitte zur Buchung eine Tourenlisten zusenden (Bergtouren der letzten 10 Jahre).

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

1. Tag

Abreise ab Deutschland, Österreich oder Schweiz

2. Tag

Ankunft in Kathmandu

Begrüßung & Transfer zum Hotel

3. Tag

Expeditionsbriefing & Vorbereitung der Expedition

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

4. Tag

Trekking von Lukla nach Phakding (2.800m)

Transfer nach Ramechap und anschließend Flug nach Lukla, Trekking zur Unterkunft.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

5. Tag

Wanderung von Phakding nach Namche Bazzar (3.440m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

6. Tag

Akklimatisierungstag in Namche Bazzar

Optional: Tages-Wanderung nach Kumjung und Kunde

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

7. Tag

Wanderung von Namche Bazzar nach Dibuche (3.760m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

8. Tag

Wanderung von Dibuche (3.760m) nach Dingboche (4.243m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

9. Tag

Wanderung von Dingboche nach Lobuche (4.940m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

10. Tag

Aufstieg in das Lobuche Hochlager (5.400m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

11. Tag

Besteigung des Lobuche East Peak (6.119m) und Abstieg via Hochlager (Rast) nach Lobuche

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

12. Tag

Wanderung zum Ama Dablam Basislager (4.450m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

13. Tag

Ruhetag im Basislager

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

14.–28. Tag

Besteigungszeit

Basislager – Ama Dablam Gipfel (6.812m) – Basislager

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

29. Tag

Wanderung vom Ama Dablam Basislager via Tengpoche nach Namche Bazzar (3.440m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

30. Tag

Wanderung von Namche Bazzar nach Lukla

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

31. Tag

Rückreise nach Kathmandu

Flug von Lukla nach Ramechap und Transfer nach Kathmandu & zum Hotel

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen

32. Tag

Freier Tag in Kathmandu

Reservetag für den Flug, Optional: Stadtbesichtigung

Verpflegung

Frühstück

---

33. Tag

Abreisetag

Transfer zum Flughafen, Heimreise in Eigenregie

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

Das ist inbegriffen

- Ankunft & Abreise: Flughafen – Hoteltransfer – Flughafen
- Hotelunterkunft in Kathmandu: 4 Übernachtungen im Hotel (4-Sterne-Kategorie) in Kathmandu inkl. Frühstück
- Begrüßungs-Abendessen: Abendessen in einem Standard-Touristenrestaurant in Kathmandu mit dem Guide und Mitarbeitern der Vorortagentur
- Frachtabfertigung: Internationale Luftfrachtabfertigung des persönlichen Gepäcks von Mitgliedern und Zahlung von Regierungssteuern in Nepal. **vor der Expedition.
- Genehmigung: Expeditionslizenz und Genehmigung der nepalesischen Regierung zur Besteigung des Mt. Ama Dablam (1.000 USD) und des Lobuche Peak (175 USD, Eintrittsgenehmigung für den Sagarmatha-Nationalpark, Eintrittsgenehmigung für die ländliche Gemeinde Pasang Lhamu und Gebühren inklusive.
- Verbindungsbeamter: 1 Verbindungsbeamter der Regierung mit vollständiger Ausrüstung, Gehalt und Unterkunft.
- Müllentsorgung: Hockertransport- und Müllpfandgebühren.
- Wanderroutenkarte.
- Versicherung: Kranken- und Notfall-Rettungsversicherung für alle beteiligten nepalesischen Mitarbeiter während des Treks und der Expedition.
- Flugtransport: Flug von Ramechap – Lukla und bei Rückflug Lukla – Ramechap, Inlandsflug gemäß Reiseverlauf / Transfer Hin + Rück nach Ramechap von Kathmandu
- Transport von Expeditionsmaterial: Notwendiger Transport der gesamten Ausrüstung für alle Mitglieder und Mitarbeiter von Kathmandu nach Lukla (per Luftfracht/Fahrzeug) und zum Basislager (durch Träger / Yak) – Bei der Rückkehr: Basislager nach Lukla (durch Träger / Yak) und Lukla nach Kathmandu (per Luftfracht/Fahrzeug). Die persönliche Ausrüstung des Mitglieds wird auf dem Luftweg transportiert.
- Mitgliedsgepäck: Bis zu 60 kg pro Mitglied für persönliches Gepäck während der Wanderung, das von einem Träger oder Yak getragen wird.
- Verpflegung und Unterkunft: 3 Mahlzeiten pro Tag (FMA; einschließlich Tee und Kaffee) und Hochlagerverpflegung (s. Tagesliste) /sämtliche Unterkünfte während des Trekkings in Touristen-Lodgen- halbes Doppelzimmer (Einzelzimmer gegen kleinen Aufpreis vor Ort)

- ☑ Träger: Träger pro Mitglied bis zum Basislager von Lukla & während der Rückführung von Trägern vom Basislager nach Lukla.
- ☑ Personal des Basislagers: Erfahrene und gut ausgebildete Koch- und Küchenhelfer im Basislager
- ☑ Personalgehalt und Zulagen: Alle nepalesischen Mitarbeiter und Träger, Tageslohn, Gehalt, Ausrüstung, Lebensmittel und Kleidung.
- ☑ Zelt im Basislager: Jedes Mitglied hat ein individuelles Yak Mountain- oder Kailas-Zelt im Basislager
- ☑ Ausstattung des Basislagers: Im Basislager: Schaumstoffmatratzen und Kissen pro Mitglied, 1 Esszelt, 1 Küchenzelt, 1 Kommunikationszelt, 1 Toiletten- und 1 Duschzelt, 1 Personalzelt, 1 Zelt für nepalesisches Basislagerpersonal, Lagerzelte, Tische & Stühle & alle notwendigen Kochutensilien.
- ☑ Heizung: Heizung für das Basislager in jedem Essen und anderen notwendigen Lagern.
- ☑ Solar/Generator/Licht: 1 Solarpanel oder Generator für Batterieladung und Licht im Basislager zur Verwendung.
- ☑ Höhenkletter-Sherpa: 1 erfahrener und staatlich lizenzierter Kletter-Sherpa pro Teilnehmer (1 Teilnehmer: 1 Sherpa).
- ☑ Climbing Sherpa Salary & Allowance: Climbing Sherpa Salary, Equipment, Food and Clothing.
- ☑ Bonus: Carry-Bonus von Sherpas und Routenfixierungsgebühren.
- ☑ Fixseil-Team: Das Team aus erfahrenen Sherpas wird die Route in Ama Dablam fixieren (für Mitglieder fallen keine zusätzlichen Kosten an).
- ☑ Sauerstoffflasche (02): Sauerstoffflaschen sind im Basislager für den Notfall vorrätig (kostenpflichtig).
- ☑ Sauerstoffmaske und Atemregler: Das Set aus Sauerstoffmaske und Atemregler befindet sich im Notfall im Basislager.
- ☑ Satellitentelefon für Notfallkommunikation, das von Sherpa mitgeführt wird, auch für Mitglieder gegen entsprechende Gebühr erhältlich.
- ☑ Hochlagerservice (sowohl für Ama Dablam als auch für Lobuche): Hochgebirgszelt, Notwendiges EPI-Gas zum Kochen, Kochtöpfe, Hochverpflegung für Mitglieder, Sherpa und andere Besatzungen bei (C1), (C2) und (C3). Gruppenkletterausrüstung, Fix- und Dynamikseil während der Kletterzeit nach Bedarf.
- ☑ Walkie-Talkie: Walkie-Talkie für die Kommunikation vom Basislager zum Berg und vom Berg zum Basislager.
- ☑ Erlaubnis: Satellitentelefon/Walkie-Talkie-Genehmigung für alle Mitglieder und Mitarbeiter.
- ☑ Wettervorhersage: Wettervorhersagebericht von Meteotest, Bern (Schweiz) während der gesamten Expedition.
- ☑ Umfassendes medizinisches Erste-Hilfe-Set für Gruppen.
- ☑ Zertifikat: Mt. Ama Dablam und Lobuche Peak Kletterzertifikat, ausgestellt von MoCTCA und NMA (nach erfolgreicher Besteigung)
- ☑ Sonderkonditionen bei verschiedenen Ausrüstern und Bergsportläden (bitte fragen Sie uns)

Nicht enthalten

- ☒ Flüge nach/ ab Kathmandu ab 950,- Euro inkl. Tax (gern sind wir Ihnen bei der Flugbuchung behilflich)
- ☒ Visakosten 120,- USD (2x 30 Tage)

- ☒ fehlende Mahlzeiten, Getränke (auch bei vorzeitiger Rückreise nach Kathmandu)
- ☒ Trinkgelder allgemein ca. 300,- Euro (s. Nepal-Infoblatt) / Climbing-Sherpa-Bonus 900 USD pro Teilnehmer
- ☒ individuelle Besichtigungen und Ausflüge
- ☒ Verlängerungsnacht in Kathmandu: Zusätzliche Übernachtungen in Kathmandu/ Im Falle einer verfrühten Ankunft oder verspäteten Abreise, frühere Rückkehr vom Trekking / Expedition (aus irgendeinem Grund) als die geplante Reiseroute (Einzelzimmer 90,-Euro /halbes Doppelzimmer 55,-Euro p. Person und Nacht inkl. Frühstück)
- ☒ 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)
- ☒ Übergepäck bei der Airline
- ☒ Persönliche Ausrüstung
- ☒ zusätzliche Übernachtung in Kathmandu (Aufpreis für eine Nacht inkl. Transfer zum Flughafen auf Anfrage)
- ☒ Dreharbeiten: Spezielle Dreh-, Kamera- und Drohnengenehmigungsgebühr
- ☒ WIFI/Internetservice im Basislager der Ama Dablam ca. 90 Euro

Termine

Bitte beachten Sie, dass sich folgende Termine auf den Stand des Datums beziehen, an dem Sie dieses Dokument herunter geladen haben. Die aktuellsten Preise und Termine entnehmen Sie bitte unserer Website.

ab 2 Personen **33 Tage** Ganzjährig möglich, Beste Reisezeit: April-Mai & Oktober-November	**7.795 €** p. P. zzgl. Flug
Di., 06.04.2027 **bis Sa., 08.05.2027 • 33 Tage**	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Mi., 14.04.2027 **bis So., 16.05.2027 • 33 Tage**	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Mi., 28.04.2027 **bis So., 30.05.2027 • 33 Tage**	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Mo., 04.10.2027 **bis Fr., 05.11.2027 • 33 Tage**	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Sa., 09.10.2027 **bis Mi., 10.11.2027 • 33 Tage**	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug

Do., 14.10.2027 bis Mo., 15.11.2027 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
So., 24.10.2027 bis Do., 25.11.2027 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
So., 31.10.2027 bis Do., 02.12.2027 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Do., 06.04.2028 bis Mo., 08.05.2028 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Fr., 14.04.2028 bis Di., 16.05.2028 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Fr., 28.04.2028 bis Di., 30.05.2028 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Mi., 04.10.2028 bis So., 05.11.2028 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Mo., 09.10.2028 bis Fr., 10.11.2028 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Sa., 14.10.2028 bis Mi., 15.11.2028 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Di., 24.10.2028 bis Sa., 25.11.2028 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug
Di., 31.10.2028 bis Sa., 02.12.2028 • 33 Tage	**7.290 €** p. P. zzgl. Flug

⚠ Etwaige Preisdetails, wie etwa der Einzelzimmer-Zuschlag oder andere Preisvariationen entnehmen Sie bitte unserer Website.

Wichtige Informationen zur Buchung

Hinweis: Bitte senden Sie uns zur Buchung eine aussagekräftige Tourenliste (Bergtouren der letzten 10 Jahre) zu.

Wichtiger Hinweis: Die Flüge von Kathmandu nach Lukla und zurück können wegen der begrenzten Flugraumkapazität, witterungsbedingt, aus technischen oder sonstigen Gründen unter Umständen um Tage verschoben werden. Geduld und kameradschaftliches Verhalten sind dann oberstes Gebot. Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass das Verspätungs- und Ausfallrisiko dieser Flüge allein zu Lasten der Teilnehmer geht. Wer dieses Risiko nicht übernehmen möchte, der buche bitte eine unserer anderen Nepaltouren ohne Inlandsflüge. Auch machen Sie darauf aufmerksam, dass es durch andere Umstände – Schließungen von Besichtigungsobjekten, Feiertage, schlechtes Wetter oder ungünstige Verhältnisse beim Trekking etc. zu

Routenänderungen, Programmumstellungen oder Verzögerungen kommen kann. Selbstverständlich werden die Reiseleiter und unsere Agentur stets bemüht sein, sämtliche Programmpunkte zu erreichen. Eine Garantie für die exakte Einhaltung dieser Ausschreibung können wir jedoch nicht übernehmen. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Zusatzleistungen

Zusätzlicher Sherpa: 5.000,00 $ / Maximale Sicherheit und höhere Gipfelchancen. Nicht enthalten: Gipfelbonus – 900 USD.

Zusätzlicher Sauerstoff (pro Flasche): 500,00 $ – für alle, die zusätzliche Vorsichtsmaßnahmen treffen möchten.

Persönliches Esszelt: 1.800,00 $ / Für mehr Privatsphäre und Komfort.

Einzelzimmer während des Trekkings: 600,00 $ – für die gesamte Dauer des Trekkings.

Hubschrauberflug

- Kathmandu – Lukla3.200,00 $

- Basislager – Lukla1.800,00$

- Basislager – Kathmandu 4.800,00 $

Ein Hubschrauberflug spart nicht nur Zeit, sondern ist auch ein Erlebnis für sich.

Bitte geben Sie uns einige Tage im Voraus Bescheid, falls Sie einen Platz in einem Sammelhubschrauberflug buchen möchten.

Zusätzliche Nacht in Kathmandu: 100,00 $ – 4- oder 5-Sterne-Hotel inklusive Frühstück, pro zusätzliche Nacht

Wichtige Informationen zur Reise

Zum Land

Klima

Tagsüber ist es durch die recht intensive Sonneneinstrahlung warm, jedoch sinken nachts die Temperaturen bis zum Gefrierpunkt. In größeren Höhen bis -15°C. In Kathmandu (1.300 m) angenehmes gemäßigtes Klima 20 bis 30°C.

Visum

Es wird ein Visum bei einem Aufenthalt in Nepal benötigt. Das Visum kann bei Einreise vor Ort am Flughafen Kathmandu (oder an der Grenzstelle nach Nepal) vor der Reise bei der zuständigen Visumbehörde oder Online, als Vorantrag beantragt werden. Touristenvisa werden für bis zu 15, 30 oder 90 Tage ausgestellt und können vor Ort um bis zu 150 Tage verlängert werden. Dabei sollte die angegebene Aufenthaltsdauer auf keinen Fall überschritten werden.

Online-Beantragung vor Abreise

Über die Webseite **http://www.online.nepalimmigration.gov.np/tourist-visa** können Sie frühestens 14 Tage vor Reisebeginn das Vor-Visum der Einwanderungsbehörde online beantragen. Das erspart Ihnen in Kathmandu das Ausfüllen am Visum-Automaten. Die Seite ist derzeit nur in Englischer Sprache verfügbar. Hierbei müssen Sie auch ein Passfoto (mindestens 6 Monate gültig bei Ausreise aus Nepal) hochladen. Entweder drucken Sie den Antrag aus oder machen sich davon einen Screenshot. Bei Einreise zeigen Sie dann am Visum-Counter den Antrag vor und bezahlen hier die Visum-Gebühr. Die Gebühr können Sie in Euro, USD, Rupien oder auch mit Kreditkarte bezahlen. Am Schalter erhalten Sie dafür dann eine Quittung und bei Vorlage am Einreiseschalter dafür dann die Visummarke für den Pass. Bei dieser Variante müssen Sie sich insgesamt 2 x anstellen (Visum-Schalter/Einreise).

Visum-Beantragung am Flughafen Tribhuvan in Kathmandu

Wer nicht das Visum nicht Online beantragen möchten, der kann es auch mit relativ wenig Aufwand vor Ort am Flughafen erledigen. Man muss jedoch hier kleine Wartezeiten einplanen, sollten gleichzeitig mehrere Flugzeuge landen (da es nur eine begrenzte Anzahl an Visum-Automaten zur Verfügung stehen). Für die Beantragung am Flughafen benötigen Sie einen gültigen Reisepass (mindestens 6 Monate gültig bei Ausreise aus Nepal). Nach Ankunft stehen in der Ankunftshalle Visa-Automaten zur Verfügung. Hier wird der Reisepass eingescannt und ein Menü führt durch den unkomplizierten Antrag (Zeitdauer ca. 3 -5 min). Bei Fragen kann man sich auch an das Personal vor Ort wenden. Nachdem der Antrag abgeschlossen ist, drucken Sie sich bitte den Antrag aus (Hinweis: Sollte der Drucker nicht funktionieren, machen Sie sich bitte ein Foto von dem Antrag). Mit dem Antrag können gehen Sie nun zum Visum-Schalter und bezahlen Ihr Visum. Die Gebühr können Sie in Euro, USD, Rupien oder auch mit Kreditkarte bezahlen. Am Schalter erhalten Sie dafür dann eine Quittung und bei Vorlage am Einreiseschalter bekommen Sie dann die Visummarke in den Pass. Bei dieser Variante müssen Sie sich insgesamt 3 x anstellen (Automat/ Visum-Schalter/Einreise) .

Visum-Beantragung mit Reisepass in Deutschland/Österreich/Schweiz

Zur Beantragung des Visums wenden Sie sich an die zuständige Botschaft in Berlin, Konsulate in Dreieich, Hamburg, Köln, München oder Stuttgart oder an Ihre Botschaften in Österreich oder Schweiz.

Bearbeitungszeit: Die gewöhnliche Bearbeitungsdauer beträgt etwa 5 Konsulatsarbeitstage nach Eingang der Antragsunterlagen. An Nationalfeiertagen kann es zu Verzögerungen kommen. Informieren sie sich frühzeitig bezüglich der unterschiedlichen Möglichkeiten zur Visabeschaffung.

Hinweis: Bei der Beantragung vor Ort kann es zu Wartezeiten kommen.

Einreise über den Landweg: An den Grenzposten werden auch Visa ausgestellt, allerdings wird empfohlen diese vorher zu beantragen, da diese nicht mit Sicherheit ausgestellt werden.

Mitzuführende Dokumente: - Passfoto /- Visumantrag
Bei Fragen rund um spezifische Einreise- und Visabestimmungen mit Wohnsitz im Land Deutschland wenden Sie sich bitte an die zuständige Botschaft in Berlin oder an die Konsulate in Dreieich, München, Köln oder Stuttgart.

Bitte beachten Sie, dass sich die Visabedingungen kurzfristig ändern oder individuell behandelt werden können. Nur die zuständige Botschaft oder eines der zuständigen Generalkonsulate können rechtsverbindliche Informationen und Hinweise und/oder über diese Informationen hinausgehende Informationen und Hinweise liefern. Informieren Sie sich rechtzeitig.

AT REISEN übernimmt keine Haftung für das Visum und Auskünfte. Jeder Teilnehmer ist für die Visum-Organisation selbst verantwortlich.

Devisen

Euro (in bar) in kleinen Stückelungen, kann in Kathmandu unkompliziert getauscht werden in die einh. Währung (Rupien). Keine Garantie für Geldautomaten! 1 Euro ca. 175 Rupien - Stand 9/ 26

Voraussichtlicher Geldbedarf

Bargeld: Da bis auf die Getränke, fehlende Mahlzeiten, Trinkgelder, Visum und allfällige Extrakosten praktisch alle Kosten im Gesamtpreis inbegriffen sind, sollte mit ca. 300, - Euro plus einer persönlichen Reserve auszukommen sein. Bitte Euro in cash oder EC-Karte mitnehmen und vor Ort umtauschen. EC-Automaten finden sie in Kathmandu und Pokhara bei der ATM oder Nabil Bank (EC -Karten mit Maestro Zeichen). Bargeld können Sie fast übe rall in den vielen kleinen Wechselstuben oder im Hotel schnell und problemlos umtauschen. Kreditkarte für Notfälle und individuelle Einkäufe mitnehmen.

Impfungen

Gelbfieberimpfung ist vorgeschrieben bei Einreise aus Infektionsland, Auffrischung der Standardimpfung wird empfohlen!

Kulturschock inklusive

Bitte beachten Sie, dass Sie in ein Schwellenland reisen. Die Verhältnisse vor Ort sind nicht mit europäischen bzw. deutschen Standards zu vergleichen, insbesondere die hygienischen Bedingungen, die Standards der Unterkünfte, der Umgang mit Müll und Umweltschutz oder die zum Teil fehlende fachliche Qualifikation von Personal (z. B. in Hotels) sowie die Konfrontation mit Bettlern und starker Armut. Auch die kulturellen Unterschiede können sehr befremdend sein.

Wir bitten Sie daher, sich in Ruhe damit auseinanderzusetzen und vor Ort alles etwas "gelassener" zu sehen, dann steht einer spannenden und eindrucksvollen Reise nichts im Weg.

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 üben.

Bei einem vorzeitigen Abbruch einer Reise 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

Kursschwankungen

Bei Erhöhung der Parkeintritte und anderer offizieller touristischer Gebühren im Reiseland ist eine Preisanpassung dieser Reise vorzunehmen. Leider können diese Erhöhungen jederzeit auch während des Jahres auftreten, auch nach Ihrer Buchung. Wir haben darauf keinen Einfluss und bitten um Ihr Verständnis. Bei erheblichen Kursschwankungen des Euros nach unten muss der Preis angepasst werden.

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:

- [ ] 2x großer Rucksack oder Reisetasche / Tipp: wasserresistente 110 Liter Tatonka / AT Reisen Reisetasche für 105,- Euro im AT- Shop!) /Hinweis: Gepäck wird in KTM geteilt (1x zum Basislager der Ama Dablam und 1x Lobuche East Peak
- [ ] Packsack/Schutzsack (70 bis 90 l) gegen Nässe und Staub (für 5,- Euro bei AT zu kaufen)
- [ ] 1 Hochtourenrucksack ca. 55 - 60 Liter Volumen, auch als Handgepäck verwendbar
- [ ] Reisepass mit Passkopie, Impfpass
- [ ] Bargeld in kleinen Stückelungen – Beides in Euro oder USD, in Kathmandu geht auch bedingt die Euro- bzw. Visa Card zum Bezahlen in Restaurants und Geschäften
- [ ] 1 Paar Trekkingschuhe (Leichtbergschuhe) mit kräftiger Profilsohle knöchelhoch (gut eingelaufen)
- [ ] 1 Paar Sport- oder Turnschuhe
- [ ] 1 Paar steigeisenfeste thermische Bergschuhe (nur mit Innenschuh!) für Bergbesteigungen bis 8.000m Höhe (geeignet für Temperaturen im Extrembereich)
- [ ] 1 Goretexjacke wind- und wasserdicht
- [ ] 1 sehr gute Expeditions-Daunenjacke (wind- und wasserdicht) mit fester Kapuze
- [ ] Fleecepullover, Fleecejacke, lange Hosen, davon 1 Trekkinghose, Überhose wasserdicht
- [ ] kurze Hose (eventuell in Kathmandu oder bei den ersten beiden Trekkingtagen)
- [ ] Goretex Berghose, wer möchte Daunenhose, wasserdichte Überhose
- [ ] 1-2 langärmlige Baumwollhemden, T-Shirts
- [ ] Funktionsunterwäsche, Socken, Trekkingsocken, Wollmütze
- [ ] 1 x sehr gute Handschuhe (extrem) – Fäustlinge, 1 x Fingerhandschuhe (extrem) mit Innenfleecehandschuh
- [ ] Waschzeug (kleine Dosierungen, Seife biologisch abbaubar), kleines Handtuch
- [ ] Händedesinfektionsmittel (bei AT für 3,60 Euro)
- [ ] 1 Schlafsack (Daune oder Kunstfaser) bis –18°C im Komfortbereich tauglich (günstig bei uns im AT-Shop)
- [ ] 1 Stirnlampe mit Ersatzbatterien – LED-Lampen (12,- Euro)
- [ ] 1 Thermosflasche 1 Liter + 1 Blechflasche von SIGG 0,5 bis 1 Liter mit Thermomantel – besser aber 2 Thermosflaschen! (insgesamt ca. 1,5-2 L) AT-Thermosflasche 1 Liter für 15,- Euro
- [ ] Gletscherbrille mit Seitenschutz – preiswert und in großer Auswahl im AT-Shop
- [ ] Skibrille mit hell getönter Scheibe (besonders für den Gipfeltag bei Starkwind)
- [ ] gute Sonnencreme (ab 20), Fettstift für die Lippen (alpin), Sonnenhut
- [ ] Toilettenpapier (1 Rolle), Papiertaschentücher, Feuchttücher (für die Hygiene), Ohropax
- [ ] Fotoausrüstung mit ausreichen Akkus und Speicherkarten, eventuell Fernglas
- [ ] Nähzeug, etwas Schnur (als Wäscheleine oder für Reparaturen)
- [ ] kleines Taschenmesser, Buch zum Lesen, Nepalreiseführer
- [ ] Zusatzverpflegung – z. B. Power Bar Riegel (1,80 Euro) oder Gel (1,60 Euro) – unsere Wunderwaffe am Berg (kann im AT-Büro oder AT-Shop gekauft werden), extra dazu Bifi, Schokolade, Süßigkeiten, andere Snacks, Bonbons, Teebeutel (Ihre Geschmackshits), Elektrolytgetränk (in Apotheke erhältlich)
- [ ] Medikamente gegen Verdauungsstörungen, Erkältung, Kopfweh, Kreislauf, Pflaster
- [ ] 1 Paar Teleskop-Stöcke als Gehhilfe (bei AT: SALEWA Stöcke für 36,- Euro)

- [ ] wasserfeste Plastikbeutel (für die bessere Übersicht in der Reisetasche), zusätzlich Beutel für die Schmutzwäsche und für Problemmüll, den Sie wieder mit nach Hause nehmen (z. B. Batterien)
- [ ] für Bergbesteigung: Sitzgurt, Steigeisen, Eispickel, Karabiner 3 Stück Bandschlinge (60/120 /150), 2x Prusiken, Abseilachter, Gamaschen, Biwaksack, Steigklemme (mit großem Griff für die Dauenhandschuhe!), Helm

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

Folgende Ausrüster und Fachgeschäfte empfehlen wir:

- AT REISEN www.shop.at-reisen.de
- SALEWA www.salewa.com / über AT tapir www.tapir-store.de
- NORDISK www.nordisk.de / über AT LA SPORTIVA www.sportiva.com / über AT