Expedition zum K2 (8.611 m)

Besteigung auf den Berg der Berge über den Abruzzi-Route

2 Termine | 53 Tage | 8–25 Personen | EXAS024







Weitere Bilder auf unserer Website

Preis p. P.
ab 38.820 € zzgl. Flug

- **Bergkristall mit Himmelsberührung**
- Als zweithöchster Berg der Erde zählt der K2 zu den großen der 14 Achttausendern
- Technisch anspruchsvoller Berg, der oft als der schwierigste Achttausender der Welt bezeichnet wird.
- **52 Tage Expedition / 28 Tage für Besteigung das Makalu**
- **Besteigung über die Abruzzi-Route (Grat)**
- **Besteigung über 4 Hochlager**
- **Betreuung durch Expeditionsleiter und Sherpa Team**
- **Einzelzelt im Basislager**
- **Ein erfahrener Climbing Sherpa betreut 1 Teilnehmer**
- Großartiges Anmarschtrekking über Askole zum Concordia Platz- K2 Basislager
- **Alle Gebühren und Eintrittsgelder inklusive**
- **Komplette Hochlagerausrüstung und Verpflegung wird gestellt**
- **Expeditionsvorbereitungstreffen per Zoom Meeting**
- **Ein ästhetisch schöner Schnee- und Eisaufstieg**

Der K2, auch bekannt als Chogori oder Qogir, ist mit einer Höhe von 8.611 Metern (28.251 Fuß) über dem Meeresspiegel der zweithöchste Berg der Welt. Er liegt im Karakorum-Gebirge an der Grenze zwischen Pakistan und China. Der K2 wurde abwechselnd als „Killer“ und „Wild“ beschrieben, von der Bergsteigerlegende Reinhold Messner sogar als „Berg der

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

Bergsteiger“. Bis auf 6.000 m Höhe ist das Gelände des K2 felsig, darüber hinaus verwandelt es sich in ein Meer aus Schnee. Der K2 ist für seinen steilen und anspruchsvollen Aufstieg bekannt und gilt als einer der am schwierigsten und gefährlichsten zu besteigenden Berge. Allein das Matterhorn passt massemäßig über 40 x in den K2, um einmal eine Größenverstellung zu bekommen.

Der K2 wurde 1856 erstmals von den Briten vermessen, aber erst 1902 wurde versucht, den Berg zu besteigen, und damals wurde der erste Besteigungsversuch unternommen. Danach wurde 1909 eine weitere bedeutende Expedition zum K2 unternommen, die vom Herzog der Abruzzen, einem königlichen Bergsteiger, geleitet wurde. Der Berg wurde schließlich am 31. Juli 1954 von einer italienischen Gruppe unter der Leitung von A. Desio erfolgreich bestiegen, wobei Lino Lacedelli und Achille Compagnoni den Gipfel erreichten.

Die Herausforderung, einen so unglaublich steilen und gefährlichen Berg zu besteigen, ist für professionelle Bergsteiger eine wichtige Motivation, den K2 zu versuchen. Der Berg ist für seine technisch und körperlich anspruchsvollen Aufstiege bekannt, und das Erreichen des Gipfels gilt als eines der bedeutendsten Zeugnisse bergsteigerischer Leistungen weltweit. Der Sinn für Abenteuer und die Möglichkeit, die eigenen Grenzen auszutesten, können ebenfalls wichtige Faktoren für die Entscheidung sein, den K2 zu besteigen. Wir können mit Stolz sagen, dass wir am K2 eine hohe Erfolgsquote vorweisen können. Die Expedition wird von einem technisch versierten, erfahrenen Bergsteiger-Team mit Klettererfahrung am K2 voll unterstützt. Das Team verfügt über perfekte Kenntnisse im Klettern, Risikomanagement und freundliches Auftreten und ist hoch motiviert, die K2-Expedition sicher und erfolgreich zu gestalten.

Die K2-Expedition startet in Islamabad, anschließend fliegen Sie nach Skardu. Der Höhenunterschied vom Basislager bis zum Gipfel beträgt über 3500 m. Wir planen, vier weitere Lager einzurichten, um Ihren Aufstieg und Ihre Akklimatisierung zu unterstützen. Die Route führt vom Basislager über Lager 1, Lager 2 und House’s Chimney über die Schwarze Pyramide zu Lager 3 und schließlich zu Lager 4 (7950 m² / 6083 Fuß) unterhalb der Schulter (8000 m) des K2. Die Expedition besteht aus einem direkten Versuch über die Abruzzi-Route über Bottleneck (8210 m) zum GIPFEL (8611 m / 28251 Fuß) und hinunter zu Lager 4/Lager 3 (Sicherheitszone).

Charakter und Anforderungen der Reise

Um an dieser besonderen Expedition teilnehmen zu können, sind besondere körperliche Voraussetzungen zu erfüllen. Natürlich sind absolute 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 40° bis 60° steile Eispassagen zu bewältigen. Jeder Teilnehmer trägt ab dem Basislager seine eigene Ausrüstung selbst in die Hochlager und runter, kocht selbst (im Team) und baut das Zelt eigenständig auf. Sherpas (pro Teilnehmer ein Climbing Sherpa) werden dabei unterstützend mithelfen. Einige 4.000er in den Alpen (Westalpenerfahrung), Sechs-und Siebentausender und am besten auch schon 1-2 Achttausender 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 8.611 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 (Gruppenreise)!

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

Abflug von Deutschland, Österreich oder Schweiz

Flug nicht im Preis enthalten, je nach Fluggesellschaft auch Ankunft am gleichen Abend möglich

2. Tag

Ankunft in Islamabad

Transfer zum Hotel, Rest des Tages steht zur freien Verfügung

3. Tag

Flug nach Skardu

Freizeit

Verpflegung

Frühstück

4. Tag

Ruhetag in Skardu

Verpflegung

Frühstück

5. Tag

Ruhetag in Skardu

Expeditionsbesprechung und Vorbereitung

Verpflegung

Frühstück

6. Tag

Fahrt nach Askole

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

7. Tag

Wanderung von Askole nach Jhola (3.185m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

8. Tag

Wanderung von Jhola nach Paiyu (3,383m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

9. Tag

Ruhetag in Paiyu

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

10. Tag

Wanderung von Paiyu nach Urdukas (4,130m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

11. Tag

Wanderung von Urdukas nach Goro II (4,250m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

12. Tag

Wanderung von Goro II zum Concordia Platz (4,690m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

13. Tag

Wanderung vom Concordia Platz (4,690m) zum K2 Basislager (5,150m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

14.–36. Tag

Rotation zwischen den Basecamps

Rotation zwischen Camp I, Camp II und Camp III

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

37.–44. Tag

Besteigungszeit/ Climbing Periode

Basislager – K2 Summit (8,611m) – Basislager

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

45. Tag

Abbau & Aufräumen des Basislagers

Vorbereitung für den Abstieg

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

46. Tag

Wanderung vom Basislager zum Goro II Lager

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

47. Tag

Wanderung zum Lager Khuburtze

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

48. Tag

Wanderung von Khuburtze nach Mundung

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

49. Tag

Wanderung von Mundung nach Askole

Letzte Nacht im Zelt

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

50. Tag

Rückfahrt von Askole nach Skardu

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen

51. Tag

Freier Tag in Skardu

Nachbesprechung, Rückmeldung im Ministerium

Verpflegung

Frühstück

52. Tag

Rückflug von Skardu nach Islamabad & Transfer Hotel

Verpflegung

Frühstück

53. Tag

Transfer zum Flughafen – Heimflug in Eigenregie

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

Das ist inbegriffen

- ☑ ANKUNFT UND ABREISE: Flughafen – Hoteltransfer – Flughafen (Abholung und Rücktransport) mit privatem Fahrzeug.
- ☑ HOTELUNTERKUNFT IN ISLAMABAD:
- ☑ 2 Übernachtungen im 4-Sterne-Hotel in ISLAMABAD – Einzelzimmer mit Frühstück.
- ☑ WILLKOMMENSABENDESSEN: Ein Willkommensessen in einem Restaurant mit Touristenstandard in ISLAMABAD mit Büropersonal.
- ☑ FRACHTABFERTIGUNG: Unterstützung bei der Frachtabfertigung durch den pakistanischen Zoll. Die Abfertigungskosten sind kostenpflichtig.
- ☑ GENEHMIGUNG: Expeditionslizenz und Genehmigungsgebühr der pakistanischen Regierung für die Besteigung des K2 für Mitglieder und Sherpas.
- ☑ VERBINDUNGSOFFIZIER: 1 Verbindungsoffizier der Regierung mit voller Ausrüstung, Gehalt und Unterkunft.
- ☑ MÜLLMANAGEMENT: Gebühren für den Transport von Abfall und die Müllabfuhr.
- ☑ VERSICHERUNG: Kranken- und Notfallversicherung für alle beteiligten nepalesischen/pakistanischen Mitarbeiter während der Wanderung und Expedition.
- ☑ KARTE: Trekking- und Kletterkarte.
- ☑ REISETASCHE: Eine Reisetasche 150 l
- ☑ TRANSPORT FÜR MITGLIEDER: (Inlandsflug) Flug von Islamabad nach Skardu und auf dem Rückweg von Skardu nach Islamabad gemäß Reiseplan in Begleitung eines Reiseleiters.
- ☑ LANDTRANSPORT (MITGLIEDER): Fahrt mit dem Jeep von Skardu nach Askole und auf dem Rückweg von Askole nach Skardu.
- ☑ LANDTRANSPORT (MITARBEITER): Islamabad nach Askole über Skardu (mit Bus/Jeep) für alle Kletter-Sherpas und Expeditionsmitarbeiter. (Mitglieder und Mitarbeiter treffen sich in Skardu.)
- ☑ TRANSPORT VON EXPEDITIONSAUSRÜSTUNG: Transport der gesamten notwendigen Expeditionsausrüstung für alle Mitglieder und Mitarbeiter von Nepal nach Pakistan (per Luftfracht) – Islamabad nach Askole (per LKW/Jeep) und Basislager (mit Trägern/Maultieren). – Rückreise: Basislager nach Askole (per Träger/Maultieren) und Askole nach Islamabad (per LKW/Jeep). Je nach Bedingungen können unterschiedliche Transportvarianten gewählt werden.
- ☑ GEPÄCK DER MITGLIEDER: Bis zu 60 kg persönliches Gepäck pro Mitglied während der Wanderung, das von Trägern oder Maultieren getragen wird. Bei mehr als 60 kg Gepäck wird ein zusätzlicher Träger benötigt (250 USD pro Träger, wobei jeder Träger 30 kg trägt).
- ☑ VERPFLEGUNG UND UNTERKUNFT WÄHREND DER TOUR: Drei (3) Mahlzeiten pro Tag (Frühstück, Mittag- und Abendessen), inklusive Tee, Kaffee und Warmwasser, werden bereitgestellt. Während der Tour bieten wir barrierefreie Unterkünfte in Hotels, Lodges oder Teehäusern an. Während der gesamten Tour werden hygienische Lebensmittel serviert.
- ☑ BASISLAGER-LOGISTIK (VOLLPENSION): Drei (3) Mahlzeiten pro Tag (Frühstück, Mittag- und Abendessen), inklusive Tee, Kaffee, Erfrischungsgetränken usw., werden bereitgestellt. Zusätzlich wird ein komfortables Boxzelt zur Unterbringung im Basislager bereitgestellt. Während der gesamten Expedition werden hygienisches und grünes Gemüse, Fleisch, Obst und Erfrischungsgetränke serviert. Ein gut gepflegtes

Basislager mit Esszelt, Küchenzelt, Toilette und Duschzelt steht sowohl den Teilnehmern als auch dem Personal zur Verfügung.

- ☑ CAMPING: Alle notwendigen logistischen Vorkehrungen für das Camping während der Tour.
- ☑ TRAGEGERÄT: Träger pro Mitglied bis zum Basislager und vom Basislager (hin und zurück).
- ☑ BASISLAGERPERSONAL: Erfahrener und gut ausgebildeter Basislagerkoch und Küchenhelfer nach Bedarf.
- ☑ BASISLAGERKOCH: Je ein nepalesischer und ein pakistanischer, gut ausgebildeter Koch für das Team.
- ☑ GEHALT UND ZUSCHLAG DES PERSONALS: Tageslohn, Gehalt, Ausrüstung, Verpflegung und Kleidung aller nepalesischen Mitarbeiter und Träger.
- ☑ BASISLAGERZELT: Jedes Mitglied erhält ein eigenes Boxzelt im Basislager.
- ☑ BASISLAGERAUSRÜSTUNG: Einzelzelt, Schaumstoffmatratzen und Kissen pro Mitglied, 1 Esszelt, 1 Küchenzelt, 1 Kommunikationszelt, 1 Toiletten- und Duschzelt, 1 Personalzelt, 1 Zelt für nepalesisches Basislagerpersonal, Lagerzelt, Tische und Stühle sowie alle notwendigen Kochutensilien.
- ☑ HEIZUNG: Heizung im Basislager in jedem Speisesaal und anderen notwendigen Lagern.
- ☑ SOLAR/GENERATOR/LICHT: 1 Solarpanel und Generator für die Beleuchtung im Basislager, zum Laden von Akkus, Laptops und anderen elektronischen Geräten.
- ☑ TRAINING: Schulung zu Sauerstoff, Atemregler, Eiswand und Leitern im Basislager durch einen UIAGM-Guide.
- ☑ HÖHENKLETTER-SHERPA: 1 erfahrener und staatlich lizenzierter Kletter-Sherpa pro Mitglied (1 Mitglied: 1 Sherpa), während des gesamten Aufstiegs vom Basislager zum Gipfel und zurück sowie bei jedem Wechsel.
- ☑ UNTERSTÜTZUNG: Ein Kletter-Sherpa hilft beim Tragen Ihrer Ausrüstung in die Hochlager.
- ☑ GEHALT UND VERGÜTUNG FÜR DEN KLETTER-SHERPA: Gehalt, Ausrüstung, Verpflegung und Kleidung für den Kletter-Sherpa
- ☑ SAUERSTOFFFLASCHEN (O2): Summit-Oxygen-Flaschen: 5 Sauerstoffflaschen (4 Liter) pro Teilnehmer und 3 Sauerstoffflaschen pro Hochlager-Sherpa.
- ☑ SAUERSTOFFMASKE & REGLER: 1 Set (Maske und Regler von Summit Oxygen) pro Teilnehmer und Hochlager-Sherpa.
- ☑ RESERVE-SAUERSTOFF, -MASKE & -REGLER: Eine Sauerstoffflasche sowie ein Set (Maske und Regler) stehen im Basislager für Notfälle zur Verfügung (gegen Gebühr)
- ☑ SERVICE IN DEN HOCHLAGERN (INFRASTRUKTUR & LOGISTIK): Hochlagerzelte, Kocherausrüstung (EPI-Gaskocher, Töpfe) und Verpflegung für Hochlager für Teilnehmer, Sherpas und das übrige Team in den Lagern C1, C2, C3 und C4. Kletterausrüstung für die Gruppe sowie Fix- und Dynamikseile für die Dauer des Aufstiegs nach Bedarf
- ☑ HOCHLAGERZELTE: Die Teilnehmer teilen sich Zelte in den Hochlagern (Belegung: 2 Teilnehmer pro Zelt)
- ☑ SEILFIXIERUNGS-TEAM: Ein Team erfahrener Sherpas (einschließlich der persönlichen Sherpas) richtet die Route zum K2-Gipfel ein (keine Zusatzkosten für die Teilnehmer)
- ☑ SATELLITENTELEFON: Satellitentelefon für die Notfallkommunikation (mitgeführt von Sherpas); Nutzung auch für Teilnehmer möglich (gegen Gebühr)
- ☑ FUNKGERÄT: Funkgeräte für die Kommunikation zwischen Basislager und Berg sowie vom Berg zum Basislager
- ☑ GENEHMIGUNGEN: Genehmigung für Satellitentelefon/Funkgeräte für alle Teilnehmer und das Personal
- ☑ WETTERVORHERSAGE: Regelmäßige Wetterberichte von Meteotest, Bern (Schweiz), während der gesamten Expedition

- ☑ MEDIZINISCHE AUSRÜSTUNG: Umfassende medizinische Ausrüstung für Teilnehmer und Personal
- ☑ ZERTIFIKAT: K2-Besteigungsurkunde, ausgestellt vom Alpine Club of Pakistan (nach erfolgreicher Besteigung des K2)
- ☑ Expeditions-Vorbereitungstreffen per Zoom-Meeting durch AT REISEN
- ☑ Sonderkonditionen bei verschiedenen Ausrüstern und Bergsportläden (bitte fragen Sie uns)

Nicht enthalten

- ☒ Internationale Flüge (nach und von Islamabad) / gern unterbreiten wir Ihnen ein Angebot
- ☒ PAKISTANISCHE EINREISEVISAGEBÜHR: PAKISTANISCHE Visumgebühr für 90 Tage.
- ☒ MITTAG- UND ABENDESSEN: Mittag- und Abendessen während des Aufenthalts in Islamabad und Skardu (auch bei vorzeitiger Rückkehr vom Trekking/der Expedition).
- ☒ ZUSÄTZLICHE NÄCHTE IN ISLAMABAD & SKARDU: Zusätzliche Übernachtungen in Islamabad und Skardu. Bei vorzeitiger Ankunft oder verspäteter Abreise, vorzeitiger Rückkehr vom Trekking/der Expedition oder Annullierung eines Inlandsfluges (aus anderen Gründen) gegenüber dem geplanten Reiseplan.
- ☒ VERSICHERUNGSPOLICE: Versicherung, die sowohl medizinische Kosten als auch Kosten für Höhenevakuierungen abdeckt (für Reisestornierung, Reiseabbruch, Höhenrettung, Luftevakuierung, medizinische Behandlung, Rückführung usw.) *Obligatorisch (Senden Sie uns vor Ihrer Ankunft eine Kopie Ihrer Versicherungspolice.)
- ☒ VORZEITIGE RÜCKKEHR VON DER REISE: Bei vorzeitigem Abbruch der Reise dauert es mindestens 1–2 Tage, bis die Träger alles organisiert und die gesamte Logistik geregelt haben. Dies kostet Sie einen zusätzlichen obligatorischen Preis für alle notwendigen Vorbereitungen auf dem Rückweg vom Basislager.
- ☒ PERSÖNLICHE AUSGABEN: Telefongespräche, Internet, Toilettenartikel, Akkuladung, Warmwasserdusche, Mineralwasser, Wäsche, Erfrischungsgetränke, Bier und alle alkoholischen Getränke (während der Wanderung und in Islamabad und Skardu, aber im Basislager halten wir Erfrischungsgetränke für Mitglieder bereit).
- ☒ PERSÖNLICHE KLETTERAUSRÜSTUNG: Kleidung, Packmaterial, Taschen, persönliches Erste-Hilfe-Set und jegliche persönliche Trekking-/Kletterausrüstung.
- ☒ TOILETTENARTIKEL: Seifen, Shampoos, Toilettenpapier, Taschentücher, Zahnpasta und andere Hygieneartikel.
- ☒ FILMEN: Spezielle Gebühr für Film-, Kamera- und Drohnengenehmigungen.
- ☒ INTERNETSERVICE: Nicht im Trekkingpreis enthalten.
- ☒ TRAGEGEPÄCK: Bei Gepäck über 60 kg wird ein zusätzlicher Träger benötigt (250 USD pro-Träger, wobei jeder Träger 30 kg trägt).
- ☒ *GIPFELBONUS: Gipfelbonus für jeden Kletter-Sherpa – mindestens 2000 USD. (Details siehe unten).
- ☒ *TRINKGELD: Jedes Mitglied muss mindestens 100 USD für den Träger, 100 USD für den Führer und 400 USD für Basislager, Hochlager und sonstiges beteiligtes Personal beitragen. (Details siehe unten).
- ☒ EXTRA: Alle anderen Dienstleistungen oder Aktivitäten, die nicht im Reiseplan erwähnt und nicht im Abschnitt „Im Preis inbegriffen“ aufgeführt sind.

Optionale Zusatzleistungen

- Zusätzlicher Sherpa. Wir stellen Ihnen während der gesamten Expedition einen persönlichen Sherpa zur Verfügung (1 Mitglied: 1 Sherpa). Dieser ist im Programmpreis enthalten. Wenn Sie jedoch einen weiteren persönlichen Kletter -Sherpa wünschen (1 privates Mitglied: 2 Sherpas), können Sie diesen zu Ihrem Programm hinzufügen.
- Zusätzlicher Sauerstoff (pro -Flasche / 600,00 $). Wir stellen genügend Sauerstoffflaschen zur Verfügung. Sie können jedoch zusätzliche Flaschen für zusätzliche Sicherheit kaufen .
- Persönliches Speisezelt. Um eine Pandemie zu vermeiden oder wenn Sie eine ruhige und stille Zeit im Basislager verbringen möchten, können Sie ein separates Speise - und Ruhezelt anfordern.
- Zusätzliche Broad Peak Besteigun. Gern können Sie auch zusätzlich zum K2 den zwölfthöchsten Gipfel der Welt besteigen. Die Kosten decken auch die Genehmigung, die Sherpa -Unterstützung, den Sauerstoff sowie den Basislager - und Hochlagerservice des Broad Peak ab.
- Einzelzelt auf der Wanderung. Einzelzelt (Upgrade) während der gesamten Trekkingtage (hin und zurück).
- Helikopter-Transfer: Skardu – Basislager/24.000,00 $, Basislager – Skardu/24.000,00 $
- Übergepäck (maximal 60 kg). Bis zu 60 kg persönliches Gepäck pro -Teilnehmer während der Wanderung werden von Trägern oder Maultieren getragen. Wenn das Gepäck 60 kg überschreitet, wird ein zusätzlicher Träger benötigt (250 USD pro Träger, wobei jeder Träger 30 kg trägt).
- Zusätzliche Nacht in Islamabad / 100,00 –200,00 $. Jede zusätzliche Nacht (außer im Programm) in Islamabad in einem 3 –5-Sterne -Hotel mit Übernachtung und Frühstück.

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.

Sa., 19.06.2027 **bis Di., 10.08.2027 • 53 Tage**	**38.820 €** p. P. zzgl. Flug
Mo., 19.06.2028 **bis Do., 10.08.2028 • 53 Tage**	**38.820 €** p. P. zzgl. Flug

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

Wichtige Informationen zur Buchung

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

Ärztliches Attest:
Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, AT REISEN ein Ärztliche Bescheinigung (bekommt er von AT) vom Hausarzt ausfüllen zu lassen. Diese sollte auch innerhalb von 21 Tagen nachgereicht werden

Medizinisches Informationsblatt:
Jeder Teilnehmer erhält im Vorfeld auch ein medizinisches Informationsblatt, was er ausgefüllt an AT REISEN innerhalb von 10 Tage zurücksenden muss

Wichtige Informationen zur Reise

Zu dieser Reise

Auf-und Abstiegsroute über die "Normalroute" Abruzzi-Route

Basislager (5.150 m):
Ein Panoramaflug nach Skardu, Fahrt nach Jhola und Weiterwanderung zum Basislager auf 5.150 m Höhe. Die Wanderung zum Basislager bietet eine herrliche Aussicht auf den Karakorum. Nach sechs Tagen erreichen Sie das Basislager des K2. Im Basislager werden Sie von unserem besten Sherpa -Team erwartet. Wir bieten die este Basislager -Ausstattung. Sie verbringen etwa einen Monat im Basislager. Jedes Mitglied erhält ein eigenes Zelt und Mahlzeiten in Gemeinschaftszelten mit Küche, Dusche, Kommunikations - und Toilettenbereich. Vor der Besteigung des Berges findet im Basislager eine große Puja -Zeremonie statt, die Glück und Sicherheit beim Klettern verspricht.

Lager I (6.000 m):
Sobald Sie das Basislager erreichen, wird Ihr Kletter - Sherpa oder Teamleiter die Grund - und Aufbauschulung im Basislager wiederholen. Für eine optimale Akklimatisierung steigen Sie nach dem Fixseil des Sherpa -Teams zum Lager I auf, das auf 6.000 m Höhe liegt. In diesem Abschnitt erwartet Sie gemischtes Gelände mit einigen Gletscherspalten, Felspartien und Eis auf dem Gletscherabschnitt. Sie benötigen dafür etwa 5 bis 6 Stunden. Wir wechseln häufig zwischen Lager I und dem Basislager.

Lager II (6.760 m):
Der Aufstieg von Lager I nach Lager II ist der anspruchsvollste Abschnitt ! In diesem Abschnitt passieren Sie de n Schwarzen Kamin, einigen Felspartien und einem steilen Anstieg. Da es Fixseile gibt, ist sicheres Klettern mit unseren Sherpas unsere oberste Priorität. Dieser Abschnitt dauert etwa 4 bis 5 Stunden.

Lager III (7.350 m):
Der Aufstieg von Lager II nach Lager III ist ein etwas längerer Aufstieg. Hier treffen Sie auf die Schwarze Pyramide. Die Aufstiegszeit beträgt 5 bis 6 Stunden. Sie klettern mit einem Sherpa und einem Fixseil.

Lager IV Schulter (7.950 m):
Der Aufstieg von Lager III nach IV besteht ausschließlich aus Schnee. Er ist etwas einfacher als der vorherige felsige Abschnitt, wird aber aufgrund der Höhe anspruchsvoller und erfordert Sauerstoff. Während des Aufstiegs begleitet Sie Ihr Bergführer ständig. Dieser Abschnitt dauert 4 –5 Stunden.

Flaschenhals (8.211 m):
Wenn Sie entlang des Lagers IV zum Gipfel auf 8.211 m Höhe aufsteigen, erreichen Sie den “Flaschenhals” des K2. Dort beginnt ein steiler, felsiger und schneebedeckter Abschnitt, der sehr riskant ist und Lawinengefahr birgt. Danach beginnen die leichteren Abschnitte.

Gipfel (8.611 m):
Der Höhepunkt der Expedition! Er ist das wichtigste Ziel aller Bergsteiger. Ein Tag, an dem ein Traum wahr wird ! Die meisten Bergsteiger beginnen ihren Gipfelsturm um Mitternacht und steigen etwa 8 bis 10 Stunden zum Gipfel. Sie erreichen ihn gegen 8 oder 10 Uhr morgens. Der Gipfel des K2 ist atemberaubend. Sie werden fasziniert sein von der wunderschönen Aussicht auf verschiedene 8.000er wie den Broad Peak, den GI, den GII und viele weitere wunderschöne Berge des pakistanischen Karakorum -Gebirges . Nachdem Sie einige Fotos gemacht haben, steigen Sie am gleichen Tag zum Lager II oder Basislager hinunter. Der Abstieg dauert etwa 6 bis 7 Stunden. Der Abstieg vom Gipfel ist ebenfalls

einschwieriger Teil dieser Expedition, daher ist ein sicherer Abstieg auch am Gipfeltag ein wichtiger Bestandteil. trägt eine Sauerstoffflasche für sich und die anderen Teilnehmer mit sich. Für einen sicheren Gipfelsieg auf dem K2 verfüg en wir über die beste Wettervorhersage, Kommunikation und Unterstützung durch den Basislagerf team . Das Fixieren der Seile bis zum Gipfel ist die Hauptaufgabe unserer Bergsteiger -Sherpas. Eine gewaltige und gefährliche Aufgabe sowie große Anstrengungen für die Sherpas!

Wichtiger Hinweis

Alle oben in den Leistungen angeführten Gipfelprämien, Trinkgelder und sonstigen Kosten müssen in bar bezahlt werden. Mitglieder sind daher verpflichtet, für diese Ausgaben Bargeld mitzubringen.

Zusatzleistungen

Zusätzlich pro Sherpa / 15.000,00 $
Wir stellen Ihnen während der gesamten Expedition einen persönlichen Sherpa zur Verfügung (1 Mitglied: 1 Sherpa). Dieser ist im Programmpreis enthalten. Wenn Sie jedoch einen weiteren persönlichen Kletter -Sherpa wünschen (1 privates Mitglied: 2 Sherpas), können Sie diesen zu Ihrem Programm hinzufügen.

Zusätzlicher Sauerstoff pro -Flasche / 600,00 $
Wir stellen genügend Sauerstoffflaschen zur Verfügung. Sie können jedoch zusätzliche Flaschen für zusätzliche Sicherheit kaufen .

Persönliches Speisezelt / 3.000,00 $
Um eine Pandemie zu vermeiden oder wenn Sie eine ruhige und stille Zeit im Basislager verbringen möchten, können Sie ein separates Speise - und Ruhezelt anfordern.

Zusätzliche Broad Peak Besteigung / 16.000,00 $
Gern können Sie auch zusätzlich zum K2 den zwölfthöchsten Gipfel der Welt besteigen. Die Kosten decken auch die Genehmigung, die Sherpa -Unterstützung, den Sauerstoff sowie den Basislager - und Hochlagerservice des Broad Peak ab.

Einzelzelt auf der Wanderung / 1.000,00 $
Einzelzelt (Upgrade) während der gesamten Trekkingtage (hin und zurück).

Helikopter

- Skardu – Basislager/24.000,00 $
- Basislager – Skardu/24.000,00 $

Ein Helikopterflug spart Ihnen Trekkingtage. Wenn Sie während der Expedition die Helikopteroption (Skardu zum Basislager oder vom Basislager nach Skardu) nutzen möchten, teilen Sie uns dies bitte eine Woche im Voraus mit. Ein Helikopter fliegt nicht zwischen den Trekkinglagern und befördert nur 300 kg Gepäck und Passagiere.

Übergepäck (maximal 60 kg) / 250,00 $
Bis zu 60 kg persönliches Gepäck pro -Teilnehmer während der Wanderung werden von Trägern oder Maultieren getragen. Wenn das Gepäck 60 kg überschreitet, wird ein zusätzlicher Träger benötigt (250 USD pro Träger, wobei jeder Träger 30 kg trägt).

Zusätzliche Nacht in Islamabad / 100,00 –200,00 $
Jede zusätzliche Nacht (außer im Programm) in Islamabad in einem 3 –5-Sterne -Hotel mit Übernachtung und Frühstück.

Hinweis zu den örtlichen Gegebenheiten

Die Flüge von Skardu nach Islamabad (oder in umgekehrter Ric htung) können wegen der begrenzten Flugraumkapazität, witterungsbedingt, aus technischen oder sonstigen Gründen unter Umständen um Tage verschoben werden. Weiterhin können Erdrutsche oder z.B. liegengeblieb ene LKW`s die Weiterfahrt auf dem Karakorum Highway um Tage behindern und somit die Durchführung einiger Program mpunkte gefährden. Geduld und kameradschaftliches Verhalten sind dann oberstes Gebot. Sie weisen ausdrücklich darauf hin, dass das Verspätungs - und Ausfallrisiko dieser speziellen Risiken allein zu Lasten der Tei lnehmer geht. Wer dieses Risiko nicht übernehmen möchte, der buche bitte eine unserer anderen Touren ohne Inlandsflüge. Auch machen wir darauf aufmerksam, dass es durch Schließungen von Besichtigungsobjekten, Feiertage, schlechtes Wetter oder ungünstige Verhältnisse beim Trekking etc. zu Routenänderungen,

Programmumstellungen oder Verzögerungen kommen kann. Selbstverständlich werden Ihr Reiseleiter und unsere Agentur stets bemüht sein, sämtliche Programmpunkte zu erreichen. Sollte aus diesen Gründen notwendige Abweichungen von der Ausschreibung geben, bitten wir um Ihr Verständnis. Wir bitten alle Teilnehmer/ -innen, Gemeinschaftsgeist als oberstes Gebot gelten zu lassen, in schwierigen Situationen flexibel zu sein, Geduld und Toleranz zu üben. Ein Trekking dieser Größe kann nicht am Detailprogramm „festgenagelt" werden, sondern erfordert große Flexibilität.

Hinweis Inlandsflug

Auf dem Inlandsflug sind pro Person nur 20 kg Freigepäck zzgl. 6 kg Handgepäck zulässig. Übergepäck muss extra entrichtet werden. Das Hauptgepäck (alles, was über 20 kg wiegt) wird mit Fahrzeugen nach Skardu transportiert und ist im Preis inbegriffen.

Bemerkung

Bitte senden Sie uns innerhalb von zwei Wochen nach Buchung eine Reisepasskopie (Doppelseite mit dem Foto), per E -Mail (info@at -reisen.de.) zu. Bei kurzfristigen Buchungen innerhalb von 2 Tagen.

Detailliertere Versicherungsinformationen

Bei der Besteigung des K2 handelt es sich um eine der gefährlichsten A benteuer - Bergstiertouren mit einem extrem erhöhten Risko und objektiven und nicht kalkulierbaren Gefahren! Dies sollte jeden Teilnehmer an dieser Expedition bewusst sein. Deshalb verlangen wir von jedem unserer Kunden den Abschluss einer angemessenen Versicherung.

Aus unvorhergesehenen Gründen, wie z. B. Verletzungen, familiären Problemen, beruflichen Verpflichtungen usw., kann es vorkommen, dass Kunden ihre Reise vor oder während der Expedition stornieren /abbrechen müssen. In Anbetracht dieser Faktoren ist es besser, auf diese Möglichkeiten vorbereitet zu sein.

Wie in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen von AT REISEN erwähnt, haftet nicht AT REISEN für Kosten, die im Falle von Notfällen oder unvorhergesehenen Situationen entstehen können. Diese Tatsachen unterstreichen die Notwendigkeit, dass jeder Gast/Teilnehmer eine umfassende Reiseversicherung abschließ t, die ihre Interessen im Falle von Reisestornierung, Hubschrauberevakuierung, medizinischen Notfällen, anderen Krankheiten, Gepäckverlust, Diebstahl, Katastrophen, Tod usw. schützt. Sie können Ihren Versicherer frei wählen, achten Sie jedoch auf eine Versicherung, die auch Reiseverschiebungen und -stornierungen, Rettung und medizinische Versorgung abdeckt. Stellen Sie sicher, dass es keine Einschränkungen hinsichtlich der Höhe, der Aktivitäten oder der Orte gibt, die Sie bei dieser Reise gebucht haben! Schützen Sie sich mit der richtigen Versicherung, damit Sie Ihre Expedition beruhigt antreten und sich ganz auf das Klettern konzentrieren können.

Es ist Pflicht, uns vor Beginn der Expedition eine Kopie der Versicherungspolice zuzusenden, damit wir Ihnen im Notfall sofort helfen können.

Gern beraten wir Sie dazu persönlich.

Klima

Überwiegend herrscht kontinentales Trockenklima mit heißem Sommer (35°C). Im Gebirge finden Sie sehr ang enehme Temperaturen vor. In Gebieten über 3.000 m liegen die Tagestemperaturen in der Sonne bei ca. 25°C, im Scha tten dagegen ist es sehr kühl. Die Nächte werden in diesen Höhen sehr kalt und liegen bei 0°C bis -15°C (4.500 m). Achtung – starke Sonne neinstrahl

Hinweis zur Höhenkrankheit

Beim Höhenbergsteigen kann es bedingt durch den sinkenden Sauerstoffdruck und zunehmender UV -Strahlung zu gesundheitlichen Komplikationen kommen. Man spricht hier von der Höhen - oder Bergkrankheit. Dieses Risiko kann nicht ausgeschlossen werden. Die häufigsten Symptome sind Kop fschmerzen, Übelkeit, Schwindelgefühl und Infektionen der Luftwege. Im Extremfall kann es zu Lungenödem, Höhenlungenödem oder Hirnödem kommen. Dieses Risiko kann nur durch ex trem langsamen Aufstieg und vor allem durch übermäßiges Trinken zum Ausgleich der Elektrolyt - und Wasserreserven verringert werden. Falscher Ehrgeiz, Wettläufe und Rekordzeiten sind daher unbedingt zu unterlassen.

Den Anweisungen des Reiseleiters ist jederzeit Folge zu leisten. Wir raten jedem Teilnehmer, vor der Reise eine ärztliche Untersuchung (möglichst mit Belastungs -EKG) durchführen zu la ssen. Auch der vorherige Gang zum Zahnarzt erscheint empfehlenswert.

Träger

Das Gepäck wird von einheimischen Trägern während der Trekkingtour getragen, max. 60 kg (2 Träger pro TLN)

Tipp zum Visum

Sollte Ihnen die Besorgung des Visums zu aufwendig sein, so kann es auch unser Partner vor Ort in Pakistan übernehmen (Servicepauschale 50,00 Euro (Vor-Ort-Zahlung). Dazu brauchen wir Folgendes von Ihnen:

1: Persönliche Daten, Adresse, Telefonnummer + Mobilfunknummer, Geburtsort
2: Passkopie (habe ich bereits)
3: Der komplette Name des Vaters und der Mutter und Geburtsort
4: Adresse des Arbeitgebers und Telefonnummer
5: Die Reisen der letzten 5 Jahre

Zum Land

Klima

Überwiegend herrscht kontinentales Trockenklima mit heißem Sommer (35°C). Im Gebirge finden Sie sehr angenehme Temperaturen vor. In Gebieten über 3.000 m liegen die Tagestemperaturen in der Sonne bei ca. 25°C, im Schatten dagegen ist es sehr kühl. Die Nächte werden in diesen Höhen sehr kalt und liegen bei 0°C bis -15°C (4.500 m).

Achtung – starke Sonneneinstrahlung!

Visum

Seit Mai 2019 hat Pakistan ein neues E-Visum System eingeführt. Dieses hat den Visum-Antragsprozess erheblich erleichtert. Ihr Visum können Sie hier beantragen: **https://visa.nadra.gov.pk/tourist-visa/**

Hierfür müssen Sie bitte eine elektronische Kopie Ihres Reisepasses und ein biometrisches Passfoto bereithalten. Sie erhalten spätestens eine Woche nach der erfolgreichen E-Visums-Beantragung eine E-Mail, welche Sie ausdrucken und zur Einreise nach Pakistan mitnehmen.

Mittlerweile gibt es für deutsche Staatsangehörige auch die Option des Visa-on-arrival.

Tipp:
Sollte Ihnen die Besorgung des Visums zu aufwendig sein, so kann es auch unser Partner vor Ort in Pakistan übernehmen (Servicepauschale 50,00 Euro (Vor-Ort-Zahlung). Dazu brauchen wir Folgendes von Ihnen:

1. Persönliche Daten, Adresse, Telefonnummer + Mobilfunknummer, Geburtsort
2. Passkopie (habe ich bereits),
3. Der komplette Name des Vaters und der Mutter und Geburtsort
4. Adresse des Arbeitgebers und Telefonnummer
5. Die Reisen der letzten 5 Jahre

Impfungen

Gelbfieberimpfung ist vorgeschrieben bei der Einreise aus einem Infektionsland, eine Auffrischung der Standardimpfung sowie Hepatitis A und Polio wird empfohlen!

Währung & Devisen

Die Landeswährung sind pakistanische Rupien PKR.

Wir empfehlen Ihnen Euro oder USD in Bargeld mitzubringen. Der Umtausch in pakistanische Rupien ist in Islamabad (in Skardu eingeschränkt) möglich.

Sie können in Islamabad auch mit der Kreditkarte pakistanische Rupien am Geldautomat abheben! Vereinzelt (in Islamabad) werden auch Kreditkarten akzeptiert.

Wechselkurs Euro/pakistanische Rupie (PKR): 1,- Euro =315 Rupie (Stand: 09/2026)

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:

- [ ] Trekkingrucksack oder Reisetasche ab 90 Liter mit großem Reißverschluss
- [ ] Packsack/Schutzsack (70 bis 90 l) gegen Nässe und Staub (für 10,- Euro bei AT zu kaufen)
- [ ] 1 Hochtourenrucksack mit Pickelschlaufen ca. 55 - 70 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 Resta urants 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 8.600m 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 –25°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 Thermo sflaschen! (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, 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 LA SPORTIVA www.sportiva.com / über AT
- SALEWA www.salewa.com / über AT tapir www.tapir-store.de
- NORDISK www.nordisk.de / über AT