

NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR Reisetipp: Ama Dablam



Die Ama Dablam mit ihren 6.856m und ihrer genialen Aussicht auf Makalu, Lhotse, Everest und Cho Oyu ist einer der schönsten Berge weltweit und das Hauptziel dieser Expedition. Sie liegt in der Khumbu Region des Himalaya und wird aufgrund ihrer Form auch als „Matterhorn Nepals“ bezeichnet. Ihre Besteigung ist technisch recht anspruchsvoll und bedarf einer ausreichenden Höhenakklimatisation.

Um die Akklimatisationsphase möglichst abwechslungsreich und spannend zu gestalten, wird eine elftägige Trekkingrunde mit atemberaubenden Ausblicken auf die umliegenden Eisriesen, sowie einer Besteigung des Lobuche East, einem weiteren 6.000er, zur Höhenanpassung genutzt. Die Trekkingrunde führt uns über einen 5.420m hohen Pass und bietet die Möglichkeit auch einen kleineren Aussichtsgipfel, den Gokyo Ri (5.360 m), zu besteigen.

Für die Besteigung der Ama Dablam haben wir im Anschluss 10 Tage Zeit, um drei Hochlager und Fixseile gemeinsam mit den Hochträgern einzurichten und den Gipfel zu besteigen. Durch die Trekkingrunde vorab, verkürzt sich die Akklimatisationsphase am Berg auf die letzten Höhenmeter und wir ersparen uns ein nervenaufreibendes Auf und Ab. Dadurch können wir die Tage für die Gipfelbesteigung besser einteilen und aktiver erleben. Die unbeschreibliche Aussicht vom Gipfel der Ama Dablam auf die umliegenden Berggiganten lässt sofort alle Mühen vergessen.

Bereits auf dem spektakulären Panoramafly von Kathmandu nach Lukla, in die höchste Gebirgsregion der Welt, können wir die ersten beeindruckenden Ausblicke auf den Himalaya genießen.

Während der Trekkingrunde übernachten wir in einfachen typisch nepalesischen Lodges. Im Hochlager des Lobuche East, sowie im Basislager und in den Hochlagern für die Ama Dablam Besteigung schlafen wir in 2-Personen Zelten.

Dafür genießen wir in Kathmandu die Annehmlichkeiten eines guten Hotels, wie dem Hotel Mala (oder ein gleichwertiges Hotel). Das Hotel liegt zentral zwischen dem Royal Palace und dem trendigen Stadtteil Thamel im Herzen der Stadt. Hier können wir uns im Swimmingpool erfrischen oder in den



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR Reisetipp: Ama Dablam

internationalen Restaurants stärken. Mit Pool, Dampfbad, Massage oder Whirlpool werden wir uns speziell nach der Tour verwöhnen.

Programm-Kurzfassung

Tag 1	Flug von München nach Kathmandu
Tag 2	Ankunft in Kathmandu
Tag 3	Kathmandu - Briefing
Tag 4	Kathmandu - Lukla
Tag 5	Phakding - Namche Bazar
Tag 6	Namche Bazar - Akklimatisationstag
Tag 7	Namche Bazar - Phortse
Tag 8	Phortse - Machhermo
Tag 9	Machhermo - Gokyo
Tag 10	Gokyo - Gokyo Ri (5.360m) - Dragnag
Tag 11	Dragnag - Cho La Pass (5.420m) - Dzongla
Tag 12	Dzongla - Lobuche high camp
Tag 13	Besteigung Lobuche East - Dughla
Tag 14	Dughla - Pangboche (Letzter Tag der Trekkingrunde)
Tag 15	Pangboche – Ama Dablam base camp
Tag 16-25	10 Tage Zeit für die Ama Dablam Besteigung
Tag 26	Rückweg nach Namche Bazar
Tag 27	Rückweg Namche Bazar - Lukla
Tag 28	Lukla - Kathmandu
Tag 29	Kathmandu Besichtigung und traditionelles nepalesisches Abendessen
Tag 30	Kathmandu - Rückflug über Nacht nach München
Tag 31	Ankunft in München

Anforderungen

Die Trekkingrunde ist technisch leicht, allerdings sind die Tagesetappen teilweise recht lang und körperlich anstrengend. Eine gute Kondition für Gehzeiten bis zu 8 Stunden und stabile Gesundheit sind Grundvoraussetzungen für die Teilnahme an der Trekkingrunde.

Die Ama Dablam Besteigung ist alpinistisch sehr anspruchsvoll und verlangt umfangreiche Hochtourenenerfahrung, sowie Eis- und Kletterkenntnisse bis zum 5. Schwierigkeitsgrad im Fels. Weiters sind Trittsicherheit, gute Höhenanpassung, sicherer Umgang mit Steigeisen und Pickel, sowie Basiswissen in der Spaltenbergung unerlässlich. Eine sehr gute Kondition für die Gipfeletappe von 12 Stunden (Auf- und



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR Reisetipp: Ama Dablam

Abstieg) oder mehr muss vorhanden sein. Auch wenn die Route vom Hochlager I bis zum Gipfel mit Fixseilen versichert wird, sind die Anforderungen an das eigene Können und die eigene Leistungsfähigkeit nicht zu unterschätzen.

Der Gipfel der Ama Dablam wird in selbstständigen, eigenverantwortlichen Seilschaften bestiegen und vom Bergführer angeleitet, aber nicht geführt.

Für alle Teilnehmer empfiehlt sich eine gemeinsame Expeditionsvorbereitung, zur Festigung der persönlichen Fähigkeiten.

ZEITRAUM Termin auf Anfrage

MINDESTTEILNEHMERZAHL 6-8 Personen

PREIS PRO PERSON (ab 6-8 Teilnehmern): Preis auf Anfrage *

Zuzüglich Flug, Zusatzgepäck und KomplettSchutz Versicherung der Europäischen Reiseversicherung.



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR

Reisetipp: Ama Dablam

PROGRAMM

TAG 1 FLUG VON MÜNCHEN NACH KATHMANDU

Anreise zum Flughafen auf Eigenregie bzw. nach Absprache. Flug nach Kathmandu, die Hauptstadt von Nepal.
Verpflegung: Onboardverpflegung lt. Fluglinie

TAG 2 ANKUNFT IN KATHMANDU

Ankunft in Kathmandu und Transfer zum Hotel. Restlicher Tag zur freien Verfügung. Übernachtung im Hotel Malla (oder gleichwertigem).
Verpflegung: Onboardverpflegung lt. Fluglinie / -
Unterkunft: Hotel in Kathmandu

TAG 3 KATHMANDU - BRIEFING

Am ersten vollen Tag in Kathmandu findet das Briefing beim Tourismusministerium für die Lobuche und Ama Dablam Besteigung statt. Der restliche Tag steht zur freien Verfügung bzw. dient der letzten Expeditionsvorbereitungen.
Verpflegung: Frühstück/-/-
Unterkunft: Hotel in Kathmandu

TAG 4 KATHMANDU - LUKLA

Nach dem Frühstück geht es zum Flughafen und von dort mit einem ca. 40-minütigen Panoramaflug weiter nach Lukla (2.840m). Dort treffen wir unsere Begleitmannschaft und starten unsere Trekkingtour bis nach Phakding, unserer ersten Nacht im Khumbu Tal.
Gehzeit: 3-4 Std.
Höhenmeter: Aufstieg ca. 70 m, Abstieg ca. 300 m
Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen
Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 2.610 m

TAG 5 PHAKDING - NAMCHE BAZAR

Der Tag führt großteils entlang des Flusses Dudh Koshi, dessen tief eingeschnittenes Tal wir über Hängebrücken mehrmals queren. Beim Dorf Monjo betreten wir den Sagarmatha Nationalpark (UNESCO-Weltnaturerbe), von wo aus es dann die letzten 2-3 Stunden steil bergauf geht bis Namche Bazar, wo wir zwei Nächte verbringen.
Gehzeit: ca. 6 Std.
Höhenmeter: Aufstieg ca. 1.075 m, Abstieg ca. 245 m
Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen
Unterkunft: Lodge - Schlafhöhe: 3.440 m



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR

Reisetipp: Ama Dablam

TAG 6 NAMCHE BAZAR - AKKLIMATISATIONSTAG

Wir sind bereits über 3.000 m angelangt und um uns dort richtig wohlfühlen, bietet sich ein Akklimationstag in und um Namche Bazar an. Es gibt einige Möglichkeiten für kleine Wanderungen z.B. in Richtung Thamo, Khumjung oder Shyangboche. Aber auch das lebendige Treiben in den engen Gassen und im Bazar oder das Sherpa-Museum laden zum Erkunden ein.

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: Lodge - Schlafhöhe: 3.440 m

TAG 7 NAMCHE BAZAR - PHORTSE

Unsere Trekkingtour führt hoch über dem Dudh Koshi Fluss weiter in das nach Gokyo führende Tal. Wir verlassen bereits nach kurzer Wanderung die Haupttroute zum Mount-Everest-Base Camp und biegen links Richtung Phortse ab.

Gehzeit: 5-6 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 700 m, Abstieg ca. 400 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 3.800 m

TAG 8 PHORTSE - MACHHERMO

Abseits der Haupttroute sind unsere Trekkingtage nun deutlich ruhiger. Zwischen den Eisflanken des Arakamtse und dem Machhermo Peak wandern wir in stetiger leichter Steigung durch kleine Ortschaften bis nach Machhermo.

Gehzeit: 5-6 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 700 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 4.470 m

TAG 9 MACHHERMO - GOKYO

Unser Weg führt uns auf die Moräne des Ngozumpa-Gletschers und von dort recht flach weiter vorbei an den ersten beiden Seen von Gokyo bis zur Ortschaft Gokyo, die direkt am dritten See gelegen ist.

Gehzeit: 4-5 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 400 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 4.750 m

TAG 10 GOKYO - GOKYO RI (5.360M) - DRAGNAG

Unsere erste Gipfelmöglichkeit auf den über 5.000 Meter hohen Gokyo Ri ist nicht nur eine Akklimationstour, sondern bietet atemberaubende Ausblicke auf vier 8.000er: Mount Everest, Cho Oyu, Lhotse und Makalu. Nach dem Abstieg und einer erholsamen Rast geht es über den schuttbedeckten Ngozumpa-Gletscher, den größten Gletscher Nepals, weiter bis nach Dragnag.

Gehzeit: 5-6 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 670 m, Abstieg ca. 760 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 4.700 m



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR

Reisetipp: Ama Dablam

TAG 11 DRAGNAG - CHO LA PASS (5.420M) - DZONGLA

Heute müssen wir die 5.000er Marke ordentlich überschreiten, um über den 5.420 m hohen Cho La Pass zu gelangen. Direkt vor uns sehen wir die steile Spitze des Lobuche East, unseres ersten 6.000ers. Von dort geht es wieder bergab zur Siedlung Dzongla, wo wir noch einmal in einer Lodge übernachten.

Gehzeit: 6-8 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 630 m, Abstieg ca. 500 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 4.850 m

TAG 12 DZONGLA - LOBUCHER HIGH CAMP

In der Nähe von Dzongla zweigt der Pfad Richtung Lobuche Hochlager ab. Teilweise geht es weglos über Steilwiesen und Geröll, vorbei an einem kleinen See, bis zum Hochlager, wo wir unsere erste Nacht im Zelt verbringen.

Gehzeit: 3 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 300 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: Zelt - Schlafhöhe: ca. 5.250 m

TAG 13 BESTEIGUNG LOBUCHER EAST - DUGHLA

Zeitig in der Früh nehmen wir unseren ersten anspruchsvollen Gipfel in Angriff und besteigen den Lobuche East. Über Platten, Blockwerk, Geröll und kleinere Felsstufen mit leichten Kletterpassagen gelangen wir zum vergletscherten Südostgrat. Der weitere Aufstieg verläuft entlang des Grates, meist jedoch in der bis zu 45-60° steilen Schneeflanke, mit einigen Steilaufschwüngen bis zum Ostgipfel. Nach ca. 4-5 Std. Aufstieg erreichen wir den „False summit“ (ca. 5.955m). Von dort führt ein oft überwehteter und daher nicht immer begehbarer messerscharfer Gratabschnitt zum Lobuche East, wo wir den Ausblick auf die Ama Dablam genießen können. Retour nehmen wir denselben Weg und dann weiter Tal auswärts bis nach Dughla.

Gehzeit: 9-11 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 1.020 m, Abstieg ca. 1.800 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 4.620 m

TAG 14 DUGHLA - PANGBOCHE (LETZTER TAG DER TREKKINGRUNDE)

Heute wandern wir vorbei an mehreren netten Siedlungen gemütlich nach Pangboche, wo wir unsere letzte Nacht in einer Lodge verbringen, bevor es zur Ama Dablam Besteigung weitergeht.

Gehzeit: 3-4 Std.

Höhenmeter: Abstieg ca. 700 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 3.930 m



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR

Reisetipp: Ama Dablam

TAG 15 PANGBOCHE – AMA DABLAM BASE CAMP

Heute geht es von Pangboche zum Ama Dablam base camp, dem Ausgangspunkt für unsere Ama Dablam Besteigung.

Gehzeit: ca. 3 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 700 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: Zelt - Schlafhöhe: 4.600 m

TAG 16-25 10 TAGE ZEIT FÜR DIE AMA DABLAM BESTEIGUNG

In diesen 10 Tagen steigen wir über mehrere Lager zum Gipfel der Ama Dablam (6.856m) auf. Die ersten Tage werden benötigt, um gemeinsam mit den Hochträgern die Aufstiegsroute zu versichern und drei Hochlager auf 5.800m, 6.000m und 6.300m aufzubauen. Anschließend wird der eigentliche Gipfelanstieg gestartet, wobei hier meist das Lager II auf 6.000m wegen seiner Exponiertheit und seinem eingeschränkten Platz übersprungen wird. Alpinistisch ist die Ama Dablam Gipfelbesteigung sehr anspruchsvoll, da das Gelände steil ist und im Fels den 5. Grad erreicht. Besonders die Gipfeisflanke ist über 55° steil und manchmal mit Blankeis versehen. Steht man aber ganz oben auf dem Gipfel, sind alle Mühen gleich vergessen, denn der Ausblick auf Makalu, Lhotse, Everest und Cho Oyu sind einfach atemberaubend und unvergesslich.

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen im Basislager, in den Hochlagern Travellunch zum Selberkochen
Unterkunft: Zelt

TAG 26 RÜCKWEG NACH NAMCHE BAZAR

Nach der Gipfelbesteigung geht es vom Basis Lager wieder zurück nach Pangboche und dann talauswärts vorbei an dem Ort Tengboche, der für sein Sherpa Kloster weltberühmt ist, und durch das langgestreckte Khumbu-Tal retour nach Namche Bazar.

Gehzeit: 6-7 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 300 m, Abstieg ca. 800 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 3.440 m

TAG 27 RÜCKWEG NAMCHE BAZAR - LUKLA

Auf unserer letzten Tagesetappe geht es retour nach Lukla, dem Ausgangspunkt unserer Trekkingrunde.

Gehzeit: 6-7 Std.

Höhenmeter: Aufstieg ca. 350 m, Abstieg ca. 950 m

Verpflegung: Frühstück/Lunchpaket/Abendessen

Unterkunft: einfache Lodge - Schlafhöhe: 2.840 m

TAG 28 LUKLA - KATHMANDU

Mit einem beeindruckenden Inlandsflug geht es zurück nach Kathmandu, wo uns eine wohlthuende warme Dusche im Hotel erwartet. Der restliche Tag steht zur freien Verfügung und kann zum Souvenir Shopping oder Relaxen genutzt werden.

Verpflegung: Frühstück/-/-

Unterkunft: Hotel in Kathmandu



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR

Reisetipp: Ama Dablam

TAG 29 KATHMANDU BESICHTIGUNG UND TRADITIONELLES NEPALESISCHES ABENDESSEN

Heute können wir noch das Leben am Land mit dem Leben in der Stadt vergleichen. Bei einer Stadtbesichtigung lassen wir uns von den kulturellen Highlights von Kathmandu begeistern. Am Abend genießen wir die kulinarischen Besonderheiten von Nepal bei einem gemeinsamen traditionellen Abschiedessen.

Verpflegung: Frühstück/-/Abendessen

Unterkunft: Hotel in Kathmandu

TAG 30 KATHMANDU - RÜCKFLUG ÜBER NACHT NACH MÜNCHEN

Heute treten wir den Rückflug nach München an.

Verpflegung: Frühstück/-/ Onbordverpflegung lt. Fluglinie

TAG 31 ANKUNFT IN MÜNCHEN

Ankunft in München und individuelle Heimreise.

Verpflegung: Onbordverpflegung lt. Fluglinie

HINWEIS

Aufgrund von Flugverschiebungen, schlechten Straßenverhältnissen, Schlechtwetter, „höherer Gewalt“ usw. kann es zu kurzfristigen Programmänderungen kommen. Ein gewisses Maß an Geduld und Flexibilität sind daher bei Bergreisen für die Anpassung an die örtlichen Gegebenheiten notwendig. Teamgeist und Kameradenhilfe z.B. beim Lageraufbau gehören zu einer Trekkingreise genauso dazu, wie Respekt und Toleranz gegenüber Kultur, Brauchtum und Religion der einheimischen Bevölkerung. Etwaige Zusatzkosten gehen zu Lasten der Teilnehmer.

Nepalesische Standards entsprechen nicht westeuropäischen Standards, daher ist die Bereitschaft zu „reduzierten“ Komfort-Ansprüchen in den Zeltlagern und in den Hotels eine wichtige Voraussetzung für eine angenehme Reise.

INKLUDIERTER LEISTUNGEN

- Organisation der gesamten Expedition
- Flughafentransfer in Kathmandu
- Inlandsflug Kathmandu – Lukla und retour
- 4 Nächte im Hotel Malla**** (oder gleichwertigem), DZ
- 12 Nächte in einfachen Lodges (Zimmer)
- 12 Nächte in 2-Personen Zelten (Doppelbelegung)
- Vollpension beim Trekking und im Basislager, sowie Frühstück in Kathmandu



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR

Reisetipp: Ama Dablam

- 6x Travellunch Essen für Hochlager
- 1x Traditionelles Abendessen in Kathmandu
- Halbtages-Stadtbesichtigung in Kathmandu
- Sämtliche Nationalpark- und Trekkinggebühren inkl. Gipfelbesteigungen
- 2-Personen-Zelte
- Camping- und Bergausrüstung (Mannschaftszelt, Toilettenzelt, Tisch und Stühle, ...)
- Gesamtes Fixier- und Sicherheitsmaterial
- Solar Panel für Strom im Base Camp
- Überdrucksack und Notfallsauerstoff
- Trekking- und Notfallapotheke
- Pulsoxymeter
- Satellitentelefon
- Funkgerät für jeden Teilnehmer
- Nepalesische Begleitmannschaft
- Koch und volle Verpflegung im Basecamp
- 2 Climbing Sherpas inkl. Ausrüstung, Genehmigung und Versicherung
- Gipfel (Summit) Bonus für die zwei Climbing Sherpas (je ca. \$ 300,-)
- Liaison Officer (verpflichtend) inkl. Verpflegung, Unterkunft, Gehalt, Inlandsflug, Ausrüstung, Genehmigung und Versicherung
- Expeditionsleitung durch staatlich geprüften österreichischen Berg- und Skiführer

NICHT INKLUDIERTER LEISTUNGEN

- Flüge + Flughafensteuer
- Zusatzgepäck
- Reise- und Stornoversicherung
- Visumgebühren (ca. USD 50,- am Flughafen bei der Einreise zu bezahlen)
- Anreise zum und am Abflughafen
- Camping Kocher für Hochlager
- Trinkgelder (obligat, ca. EUR 300,-)
- Persönl. Satellitentelefon-Gesprächskosten
- Einzelzimmer- und Einzelzeltzuschläge
- Mittag- und Abendessen in Kathmandu
- Getränke im Hotel und Softdrinks + alkoholische Getränke während der Trekkingrunde
- Zusätzliche Übernachtungen (z.B. bei Verzögerung, frühzeitiger Rückkehr oder Abbruch)
- Individuelle Besichtigungsausflüge während der Trekkingrunde
- Eintritte für Sehenswürdigkeiten in Kathmandu
- Persönliche Ausgaben
- Expeditionsvorbereitung



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR

Reisetipp: Ama Dablam

VORBEREITUNG

Unsere Reisen beginnen und enden nicht am Flughafen!

Eine gute Vorbereitung auf die geplante Reise ist uns wichtig. Wir bereiten Sie persönlich auf Ihre großen, aber auch kleinen Abenteuer vor. Ziel ist es, dass sich die Teilnehmer schon vor der Reise kennen lernen, um sich dann vor Ort gut vorbereitet und ohne unnötige Überraschungen voll und ganz auf das reine Bergerlebnis konzentrieren zu können – PURE MOUNTAIN eben.

Je nach Art der Reise kann die Vorbereitung folgende Leistungen enthalten, die oft auch in den Inklusivleistungen bereits integriert sind (siehe Reiseprogramm):

- Persönliches Vorgespräch mit dem Bergführer zu diversen Themen (Anforderungen, Reiseablauf, Vorbereitung, ...)
- Teilnehmertreffen zum Kennenlernen
- Gemeinsamer Ausrüstungscheck
- Vorbereitungskurse (Seiltechnik, Tiefschneekurse, etc.)
- Gezielte Expeditionsvorbereitung
- Kostenloser Höhenverträglichkeitstest oder Kraft-Koordinationstest durch unseren Partner [Sportscare](#)
- Höhenttraining und ganzheitliche Trainingsvorbereitung zu Sonderkonditionen bei unserem Partner [Sportscare](#)

Auch die schönste Reise ist leider irgendwann zu Ende. Wir wissen, wie gut es tut, wenn man Menschen, mit denen man eine sehr intensive Zeit am Berg erlebt hat, wieder trifft, alte Geschichten aufwärmt und Bilder von gemeinsamen Bergerlebnissen anschaut. Aus diesem Grund organisieren wir nach der Reise auch gerne ein gemeinsames „Buidl Schaut“ für unsere Gruppen in unserer pure mountain BASE.



NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR Reisetipp: Ama Dablam

ALLGEMEINE REISEINFORMATIONEN

Zur Einreise benötigen Sie einen noch mind. 6 Monate gültigen Reisepass mit mind. 2 leeren Seiten. Ein Touristenvisum ist bei der Einreise am Flughafen in Kathmandu erhältlich. Dazu notwendig sind ein Passfoto und die Visumsgebühr von derzeit ca. USD 50,-.

Für die Organisation der Gipfelpermits brauchen wir eingescannte Kopien von Passfotos, Reisepass, Gesundheitszertifikat, usw. ca. 2 Monate vor Reiseantritt.

Impfungen sind für Österreichische Staatsbürger keine vorgeschrieben. Generell empfiehlt das Zentrum für Reisemedizin Wien ein Basisschutzprogramm für alle Reisenden (Diphtherie/Tetanus/Polio, Hepatitis A und B, Typhus). Für eine individuelle Beratung wird empfohlen ca. 8 Wochen vor Reisebeginn den Hausarzt aufzusuchen. Weitere Informationen finden Sie unter: www.bmeia.gv.at

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise- und Stornoversicherung und können diese über unseren Partner, die [Europäische Reiseversicherung](#), anbieten.

BLACKLIST HINWEIS

Um in die Reiseregion zu gelangen, müssen wir von Kathmandu nach Lukla einen Inlandsflug in Anspruch nehmen. Dieser Inlandsflug wird ausschließlich von nepalesischen Fluggesellschaften angeboten und durchgeführt. Wir möchten Sie informieren, dass die nepalesischen Fluggesellschaften auf der so genannten „Blacklist“ stehen. Das heißt, dass keine nepalesische Fluggesellschaft derzeit eine Genehmigung bekommen würde, um auf einem europäischen Flughafen zu landen. Leider gibt es keine andere Möglichkeit per Flugzeug nach Lukla zu gelangen.

NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR Reisetipp: Ama Dablam

IHR BERGFÜHRER

Tom Rabl
E-Mail: info@pure-mountain.at
Telefon: +43 (0)664 3918160



Bereits im jungen Alter von 2,5 Jahren, nach Tom's erster 5-stündiger Bergtour, war klar, die Berge der Welt werden seine Leidenschaft sein. Tom wurde am 12. März 1980 geboren, wohnt seitdem in Erpfendorf und ist ein stolzer Tiroler, der aber gerne neue Wege beschreitet und unbekannte Länder bereist. Schon mit vierzehn machte er seine erste eigenständige und einwöchige Gebirgsdurchquerung im Steinernen Meer. Bald ging es dann auch in die Dolomiten, die hohen Tauern, die Westalpen und weiter bis in die Anden und den Himalaya. Ob Bergsteigen, Klettern, Skitouren, Eisklettern oder Hochtouren, kein Weg ist zu lang und kein Gipfel zu steil. Nach vielen wunderschönen privaten Touren entschied sich Tom im Jahr 2008, seine Leidenschaft, das Bergsteigen, auch beruflich auszuüben. Sein Wunsch ist es, die Schönheit der Berge seinen Gästen unverfälscht näher zu bringen. Mit eigener Kraft, im richtigen Tempo und mit guter Vorbereitung wird jede Tour ein reines Bergerlebnis. Als Kontrast zur Innenarchitektur, seinem zweiten Beruf, verbringt Tom jede freie Minute draußen, privat und als Bergführer. Er ist auch ehrenamtlicher Präsident des Tiroler Bergsportführerverbands, Obmann der [Kitzbüheler Bergführer](#) und Vorsitzender der Lawinenkommission Kirchdorf i.T..

VERANSTALTER

PURE MOUNTAIN – Alpenschule & Bergreisen Rabl OG
A-6383 Erpfendorf – Oberrain 22
info@pure-mountain.at - +43 (0) 664 3918160
www.pure-mountain.at

RSV-NR: 2016/0029

Garantiegeber: Raiffeisenbank Kirchdorf i.T., Dorfplatz 15, 6382 Kirchdorf i.T., Österreich.
Abwickler: Europäische Reiseversicherung AG, Kratochwilstraße 4, 1220 Wien, Tel.: +43 (0)1 317 25 00, E-Mail: info@europaeische.at
Die Anmeldung sämtlicher Ansprüche ist bei sonstigem Anspruchsverlust innerhalb von 8 Wochen ab Eintritt einer Insolvenz beim Abwickler vorzunehmen.

DETAILPROGRAMM

NEPAL BERG ^{PLUS} KULTUR Reisetipp: Ama Dablam



Stand: 07.02.2017

Irrtum und Druckfehler vorbehalten. Es gelten die Allgemeinen Reisebedingungen von Pure Mountain.