HIMLUNG (7126 M)

Bergexpedition für Fortgeschrittene über den Nordwestgrat mit drei Hochlagern

Highlights

- Landschaftlich spektakuläres Anmarschtrekking nördlich der Annapurna
- Technisch unkomplizierter Aufstieg in großartiger Umgebung
- Abgelegenes Naar-Phu-Tal mit Kloster Phugaon
- Optimale Gipelchancen durch ausgeklügelte Hochlagertaktik

Fakten

Dauer:	30 Tage
Teilnehmer:	8–12
Reiseleitung:	deutsch
Schwierigkeit:	❄❄❄
Übernachtung:	
Tourcode:	EXPHIM

ab 7440 EUR inkl. Flug

Sie haben Fragen? Ich helfe Ihnen gern weiter.

Olaf Schau

Reiseberatung Expeditionen, Pakistan

Telefon: +49 351 31207-394

E-Mail: o.schau@diamir.de

DAS BESONDERE AN DIESER REISE

- Optimale Höhenanpassung in nur 30 Tagen Expeditionsdauer
- Guter Motivationsberg für noch höhere Ziele in Nepal

Termine 2024/2026

Heute buchen und 3% Frühbucherrabatt auf die Reisetermine ab dem 10.10.2026 erhalten!

05.10.2024 – 03.11.2024	**7440 EUR** (EZZ: 150 EUR)	DE	Geschlossen
10.10.2026 – 08.11.2026	**7550 EUR** (EZZ: 180 EUR)	DE	Terminvorschau

Zusatzkosten

- Rail & Fly 1. Klasse: 150 EUR (ab 01.11.2024: 170 EUR)
- Rail & Fly 2. Klasse: 80 EUR (ab 01.11.2024: 90 EUR)
- Anderer Abflugort ab/an D/A/CH: ab 150 EUR

Reiseverlauf

1. Tag

Anreise

Flug nach Kathmandu.

---

2. Tag

Namaste Kathmandu

Am frühen Abend erreichen Sie Kathmandu, die Hauptstadt Nepals. Transfer zum ruhig gelegenen Hotel unweit des touristischen Stadtzentrums Thamel. Am Abend gemeinsames Begrüßungsessen. Übernachtung im Hotel.

1×A

---

3. Tag

Kathmandu – Bhulbhule (840 m) – Jagat (1300 m)

Am frühen Morgen geht es mit dem Kleinbus auf aussichtsreicher Fahrt (ca. 6h) ins Gebirge nach Bhulbhule (840 m). Dort steigen Sie in Geländewagen um und fahren in ca. 2h weiter bis nach Jagat. Übernachtung in einfacher Lodge.

1×(F/M/A)

---

4. Tag

Jagat (1300 m) – Koto (2600 m)

Am Morgen besteigen Sie wieder die Allradfahrzeuge und fahren auf der neuen Straße weiter in Richtung Manang. Ihr Tagesziel ist heute Koto, am Abzweig ins Naar-Phu-Tal gelegen. Wer mag, kann am Nachmittag noch einen kurzen Abstecher in die etwas größere Ortschaft Chame unternehmen, die etwa eine halbe Stunde von Koto entfernt liegt. Übernachtung in einfacher Lodge. (Fahrzeit ca. 4-5h).

1×(F/M/A)

---

5. Tag

Koto (2600 m) – Daramsala (3250 m) – Meta (3600 m)

Heute verlassen Sie die klassische Annapurna-Runde. Durch eine Schlucht und herrliche Wälder folgen Sie dem Flusslauf des Naar Phu Kola bergan. In stetigem Auf und Ab, vorbei an Wasserfällen und Steilabbrüchen, geht es zum winzigen Lager bei Dharamsala (3250 m), wo Sie Mittagsrast halten. Am Ende dieser langen Tagesetappe geht es fast 400 Höhenmeter steil hinauf zum überraschend weiten Hochplateau von Meta (3600 m). Übernachtung in einfacher Lodge. (Gehzeit ca. 8h, 1200 m↑, 200 m↓).

1×(F/M/A)

6. Tag

Meta (3600 m) – Kyang (3880 m)

Der Weg führt durch weite Täler, über herrliche Wiesen und Hochalmen und vorbei an den malerischen Ruinen verlassener Khampa-Dörfer dem Phu Khola folgend nordwärts. Sehr schön ist die Sicht auf Pisang Peak (6091 m) und Kangguru Himal (6981 m). Erste Übernachtung im Zelt nahe des verlassenen Dorfes Kyang (3880 m). (Gehzeit ca. 4-5h, 600 m↑, 320 m↓).

1×(F/M/A)

7. Tag

Kyang (3880 m) – Phugaon (4100 m)

Nach Kyang wird das Tal wieder enger, der Weg ist nun teilweise ausgesetzt, einzelne Passagen sind in den Fels gehauen. Die Schlucht führt vorbei an uralten Mani-Mauern hinauf in das mittelalterlich anmutende Dorf Phugaon (4100 m), das wie eine Festung auf einem kargen Hügel thront. Vom Lagerplatz unterhalb des Dorfes unternehmen Sie am Nachmittag eine Erkundung von Phugaon und eine Besichtigung des herrlich gelegenen Klosters. Übernachtung im Zelt. (Gehzeit ca. 4h, 360 m↑, 140 m↓).

1×(F/M/A)

8. Tag

Phugaon (4100 m) – Himlung-Basislager (4830 m)

Am letzten Trekkingtag wechseln schlagartig die Eindrücke und die sich auftuende Gletscherpracht ist ein extremer Kontrast zu den vorigen Tagen. Steil geht es von Phugaon aus über schuttbedeckte Moränenhänge auf die Zunge des Pangri-Gletschers und dann in ein weites, flaches, von kühnen Gipfeln gesäumtes Hochtal. Über karge Weiden mit Ziegen, Schafen und Yaks erreichen Sie das Basislager auf ca. 4830 m. Der Nachmittag steht zum Einrichten des Lagers zur Verfügung. Übernachtung im Zelt. (Gehzeit ca. 5h, 850 m↑, 120 m↓).

1×(F/M/A)

9. – 24. Tag

Besteigung Himlung (7126 m)

16 Tage stehen Ihnen zur Besteigung des Himlung zur Verfügung. Vom herrlich gelegenen Basislager aus werden Sie die erforderlichen Hochlager (Lager 1 ca. 5600 m, Lager 2 ca. 6100 m und Lager 3 ca. 6380 m) errichten. Die Route führt dabei durchweg über Schnee und Eis und weist keine besonderen technischen Schwierigkeiten auf. Bei guten Verhältnissen sind Teile des Aufstiegs seilfrei begehbar. Je nach Spaltensituation und Schneebeschaffenheit ist jedoch evtl. auch das selbstständige Gehen in Seilschaften bzw. der Aufstieg am Fixseil erforderlich. Während der Errichtung der Hochlager können Sie sich langsam an die Höhe akklimatisieren und es bleibt auch genügend Zeit für Ruhetage im Basislager. Sind Sie in unterschiedlichen Gruppen unterwegs, werden Absprachen und Taktik per Funk zwischen den einzelnen Seilschaften festgelegt. Wenn die Lager 1 und 2 eingerichtet sind und Sie sich nach einer Nacht im Lager 2 nochmals ausreichend im Basislager erholt haben, können Sie einen Gipfelversuch starten! Beim Gipfelaufstieg werden Sie je nach Wettersituation und körperlicher Verfassung das dritte und letzte Hochlager errichten und von dort aus am nächsten Tag direkt zum Gipfel weitergehen. Der Aufstieg führt über die ca. 30-35° steile Flanke des Nordwestgrates hinauf, dadurch scheint am Gipfeltag erst am späten Vormittag die Sonne in die Route. Hinzu kommt der meist recht starke Wind, der nahezu unablässig vom tibetischen Hochplateau aus über den Grat weht. Ist der 7126 m hohe Gipfel schließlich erreicht, schweift der Blick bis weit hinein ins tibetische Hochland und zum benachbarten Manaslu (8163 m). Beim Abstieg durch die steile Gipfelflanke ist nochmals volle Konzentration erforderlich, ehe das sichere Lager 3 wieder erreicht ist. Der weitere Abstieg ins Basislager und die komplette Beräumung der drei Hochlager sind bei guter Logistik an einem einzigen Tag problemlos machbar, sodass Sie sich bis zwei Tage vor Abbau des Basislagers alle Gipfelchancen offenhalten können. Sollte der Gipfelsturm nicht im ersten Anlauf glücken, stehen bei normalem Wetter und Akklimatisation genügend Reservetage für einen erneuten Versuch zur Verfügung. Spätestens am Abend des 16. Tages müssen jedoch alle Lager beräumt und das Basislager wieder erreicht sein. 16 Übernachtungen im Zelt. (Vollverpflegung im Basislager; in den Hochlagern zusätzliche Unterwegsverpflegung erforderlich).

16×(F/M/A)

25. Tag

Himlung-Basislager (4830 m) – Phugaon (4100 m)

Nach Abbau des Basislagers und Beladen der Esel geht es gegen Mittag zurück nach Phugaon (ca. 730 m↓). Übernachtung im Zelt.

1×(F/M/A)

26. – 27. Tag

Phugaon (4100 m) – Koto (2600 m) – Dharapani (1860 m)

In zwei weiteren langen Tagen gelangen Sie zurück nach Koto, wo Sie wieder auf den Hauptweg der Annapurna-Runde treffen. Sie übernachten in der bereits vom Hinweg bekannten Lodge in Meta und genießen noch einmal die landschaftlich großartige Trekkingreise. In Koto verabschieden Sie sich von der einheimischen Begleitmannschaft und fahren mit Allradfahrzeugen noch hinunter nach Dharapani. 2 Übernachtungen in einfachen Lodges.

2×(F/M/A)

---

28. Tag

Dharapani (1860 m) – Bhulbhule (830 m) – Kathmandu

Mit dem Geländewagen geht es auf dem Fahrweg zurück nach Bhulbhule, von wo Sie gleich weiter nach Kathmandu fahren. Nach dem langen Fahrtag werden die Annehmlichkeiten der Stadt eine Wohltat sein! Übernachtung im Hotel.

1×(F/A)

---

29. Tag

Kathmandu – Rückreise

Je nach Flugplan steht noch einmal ein halber oder ganzer Tag für einen letzten Einkaufsbummel oder weitere Besichtigungen zur freien Verfügung. Am Abend oder spätestens am nächsten Morgen Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.

1×F

---

30. Tag

Rückreise

Ankunft in Deutschland.

Leistungen

- Linienflug ab/an Frankfurt nach Kathmandu und zurück mit Turkish Airlines oder anderer Fluggesellschaft in Economy Class (nach Verfügbarkeit; Flugzuschlag möglich)
- DIAMIR-Expeditionsleitung
- zusätzlich Englisch sprechende, lokaler Bergführer
- alle Fahrten in privaten Fahrzeugen
- Zeltausrüstung inkl. Expeditionszelte, Schneeschaufeln, Kochausrüstung und Brennstoff
- lokales Kochteam bis ins Basislager
- Träger für max. 30 kg Gepäck/Person während des Trekkings bis ins Basislager und zurück
- Satellitentelefon, Funkgeräte und Notfallmedizin
- alle Eintritte und Gebühren laut Programm
- alle Gebühren für Liaison Officer
- Gipfelgenehmigung
- Vorbereitungstreffen
- 20 Ü: Zelt
- 5 Ü: Lodge im DZ
- 2 Ü: Hotel im DZ
- Mahlzeiten: 27×F, 25×M, 27×A

nicht in den Leistungen enthalten

- nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- Visum (ca. 50 EUR)
- optionale Ausflüge
- persönliche Bergsteigerausrüstung
- Snacks
- Trinkgelder
- Persönliches

Hinweise

Mindestteilnehmerzahl: 8, bei Nichterreichen Absage durch den Veranstalter bis 28 Tage vor Abreise möglich

Das Erreichen der Gipfel kann durch ungünstige klimatische Bedingungen (starker Wind, Nebel, Dauerregen, Schneefall) und andere widrige Umstände sowohl erheblich erschwert werden, als auch im Extremfall unmöglich sein. Der verantwortliche Reiseleiter/Bergführer ist in dem Fall berechtigt, die weitere Besteigung zum Schutz von Gesundheit und Leben aller Beteiligten abzubrechen. Etwaige Regressansprüche bestehen in solch einem Fall nicht.

Anforderungen

Komfortverzicht; Teamfähigkeit; Kondition für bis zu 14-stündige Tagesetappen; gute Kenntnisse der Hochlagerlogistik (Materialtransport bis zu 18 kg, Zeltaufbau, Essen zubereiten); Trittsicherheit in Geröll, Schnee und Eis bis zu 45° Steilheit; sehr gute Kenntnisse im Umgang mit Pickel und Steigeisen; sehr gute anwendungsbereite Kenntnisse alpiner Seil- und Sicherungstechnik (persönlicher Tourenbericht erforderlich); Ausrüstung laut Ausrüstungsliste.

Zusatzinformationen

Einzelzimmer kann nur bei den Hotelübernachtungen in Kathmandu gewährt werden. In den Lodges beim Trekking, im Basislager und in den Hochlagern nur Doppelbelegung möglich.

Mobilitätshinweis

Wir sind verpflichtet darauf hinzuweisen, dass diese Reise im Allgemeinen für Personen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet ist. Im Einzelfall sprechen Sie uns bitte an.