
VERLÄNGERUNG MERA PEAK 6.460 m



Ort: Kathmandu, Lukla; Nepal

Termine: 13.-27.04.2012

Können: ● ● ●

Ausdauer: ● ● ●

Preis: € 1890,- pro Person

Teilnehmer: 5-8

Leistungen: Nepali/Deutsches Führungsteam: Tonje Rai und Isolde Fink, erfahrener nepalesischer Climbing Guide, Träger und Hochträger, Hotel/Frühstück (Kathmandu), beim Trekking einfache Gästehäuser/Halbpension, am Merapeak Zelt mit Vollpension, Besteigungspermit und Nationalparkgebühren, Vortreffen der Teilnehmer/innen.

-
- **Abseits von touristischen Routen durch ursprüngliches Nepal**
 - **Helfen durch Trekken: Nutzung der örtlichen Infrastruktur**
 - **Übernachtung und Mahlzeiten möglichst in den Hütten, auch wenn sie sehr einfach sind**
 - **Träger aus Radudel, Hochträger aus Khare, dem letzten Ort vor dem Mera Peak**
 - **Ein 6.000er mit toller Aussicht auf die umliegenden 8.000er**

Dieses Programm ist nur gültig in Verbindung mit dem Programm Kultur-Kontakt-Trekking 31.03.-16.04.12 (Damit ist die beste Akklimatisation gewährleistet)

Von Radudel kommend, mit einem Rucksack voller imposanter Eindrücke und Einblicke in die Kultur der Khaling Rai zieht es einen Teil der Kultur-Kontakt-Trekker nun - bestens akklimatisiert – in größere Höhen. Weiterhin begleiten uns unsere Freunde aus Radudel als Träger mindestens bis nach Khare, wo Hochträger zu unserem Team stoßen.

Bergfuehlung – Die Alpinsportschule GmbH

Büro: Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · **Fon:** *49 (0) 7051-15 96 828 · **Fax:** *49 (0) 7051-15 96 827 · www.bergfuehlung.de · info@bergfuehlung.de

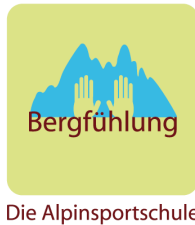
Der Mera Peak ist durch seine Lage etwas südlich der Himalaja Hauptkette was das Gipfel Panorama betrifft kaum zu übertreffen: Bei gutem Wetter blicken wir gleich auf fünf 8000er! Der gesamte Khumbu scheint zu unseren Füßen zu liegen.

Die Besteigung ist hochalpin aber dennoch technisch nicht sonderlich schwierig. Bis kurz vor den letzten Gipfelaufschwung halten sich Spalten und auch die Steigung in gut zu bewältigenden Grenzen. Gletschererfahrung – kein Steileis – und Grundkenntnisse in der Spaltenbergung sollten aber selbstverständlich sein!

Die Besteigung des Mera Peak in Verbindung mit dem vorausgehenden Kultur Kontakt Trekking geben einen größtmöglichen Einblick in eines der faszinierendsten Länder der Welt und zwar sowohl in den Natur- auch in den Kulturraum.

Informationen zur Veranstaltung

- 14. Tag: Fortsetzung des Trekkings Richtung Mera Peak! Für die gemütliche erste Etappe rechnen wir mit 4 - 5h.
- 15. Tag: Heute haben wir einen harten Tag mit ca. 1.400 Höhenmeter über den ca. 4600m hohen Zatrwa La. Übernachtung auf über 4.000 m in einer einfachen Lodge!
- 16. Tag: Die Gruppe steigt ab zum einzigen Dorf in der Gegend, nach Kothe ins Hinku-Tal. Übernachtung auf etwa 3.700 m Höhe in einer einfachen Lodge.
- 17. Tag: Kurz geht unser Weg noch bergab ins Flusstal. Danach stehen wir vor der Wahl: weiter im steinigen, verwilderten Flussbett oder - etwas länger - über Weiden zum Weiler Thangnag. Bei gutem Wetter zeigen sich stolz Kusum Kangru 6.370m, Gonghia 5.810 m und der Peak 43 mit seinen 6.770m Höhe. Übernachtung im sehr einfachen Gästehaus auf etwa 4.300m.
- 18. Tag: Nach einem anstrengenden aber nicht allzu langen Aufstieg und vielen Blicken in die wilde Berg- und Gletscherwelt erreichen wir nach etwa 5h auf ca. 4.900 m die Khare Lodge. Ob wir dort Platz finden, oder lieber in unseren Zelten übernachten entscheidet sich erst vor Ort.
- 19. Tag: Ein Akklimatisationstag in Khare tut uns gut. Wenn wir zum Mera Gletscher aufsteigen können wir unseren weiteren Weg schon einsehen.



-
20. Tag: Heute passieren wir die magische 5.000er Höhenlinie! Unsere Zelte schlagen wir nach Überqueren des 5.415 m hohen Mera La auf. Wo genau machen wir von der Situation abhängig. Gehzeit je nach dem bis zu 7h.
- 21./22. Tag: Je nach Bedingungen und unserer Verfassung starten wir unseren Gipfelsturm vom BC oder High Camp auf 5800 m. Beide Tage kommen als Gipfeltag in Frage! Zum Gipfel ziehen wir in langen Serpentinengeseilt. Unter Umständen sind Steigeisen notwendig und kurz vor dem Gipfel möglicherweise ein Fixseil. Das Panorama wird immer genialer. Im Norden erkennen wir inmitten unzähliger Gipfel die 8.000er vom Cho Oyu über den Mt. Everest bis zum Lhotse, aus östlicher Richtung grüßt der Kanchenzönga herüber! Nach dem imposanten Ausblick erfordert der Rückweg nach Khare nochmals unsere ganze Konzentration.
- 23.-25. Tag: Rückmarsch nach Lukla.
26. Tag: Flug von Lukla nach KTM, Übernachtung in Bhaktapur.
27. Tag: Rückflug nach Deutschland. Ankunft je nach Flugverbindung 27. oder 28. Tag.
-

Teilnahmevoraussetzungen

Sie benötigen für alle unsere Veranstaltungen eine gute Gesundheit, körperliche und geistige Fitness sowie Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein.

Höhe

Vorerfahrungen von eigenen Besteigungen sind Voraussetzung. Es handelt sich um eine anspruchsvolle Besteigung. Der Mera Peak ist technisch meist wenig schwierig, aber die Höhe, die niedrigen Temperaturen und der Wind machen den Aufstieg zur großen Anstrengung.

Ausdauer

Die Gipfeletappe beläuft sich auf bis zu 10-12 Std. bzw. – wenn wir vom BC aus starten 1.200 Höhenmeter in großer Höhe.

Können

Die Route führt über einen Gletscher. Sie brauchen Erfahrung im Gehen in Seilschaft am Gletscher mit Eispickel und Steigeisen. Grundkenntnisse in Spaltenbergung werden vorausgesetzt (vorausgehender Kurs auf Wunsch möglich).



Die Alpinsportschule

Seite 4

Gesundheit

Bitte lassen Sie sich sportärztlich untersuchen, um sicher zu gehen, dass Sie für derartige Belastungen auch fit genug sind. Wir behalten uns vor, ein sportärztliches Attest zu verlangen. Außerdem erfordert eine Teilnahme ein hohes Maß an Komfortverzicht und Partnerschaftlichkeit in der Gruppe.

Impfungen

Verbindliche Impfempfehlungen dürfen nur Ärzte erteilen. Bitte kontaktieren Sie Ihren Hautarzt oder eines der deutschen Tropeninstitute. Kann beim Vortreffen thematisiert werden!

Risikohinweis

Bei sämtlichen Bergtouren ist zu beachten, dass ein erhöhtes Erkrankungs- Unfall- und Verletzungsrisiko besteht (Absturzgefahr, Lawinen, Steinschlag, Spaltensturz, Höhenkrankheit, Kälteschäden, Infektionen etc.), das auch durch umsichtige und fürsorgliche Betreuung nicht vollkommen reduziert und ausgeschlossen werden kann. Ein Restrisiko muss der Kunde selbst tragen. Auch ist zu beachten, dass in der Natur allein in abgelegenen Regionen, aufgrund technischer oder logistischer Schwierigkeiten nur in sehr eingeschränktem Umfang Rettungs- und oder medizinische Behandlungsmöglichkeiten gegeben sein können, so dass auch kleinere Verletzungen oder Zwischenfälle schwerwiegende Folgen haben können. Hier wird von jedem Teilnehmer ein erhebliches Maß an Eigenverantwortung, Umsichtigkeit, eine angemessene eigene Tourenvorbereitung, aber auch ein erhöhtes Maß an Risikobereitschaft vorausgesetzt.

Es wird dem Kunden deshalb dringend empfohlen, sich intensiv (z.B. durch Studium der einschlägigen Fachliteratur) mit den Anforderungen und Risiken auseinander zu setzen, die mit dem von ihm gebuchten Programm verbunden sein können.

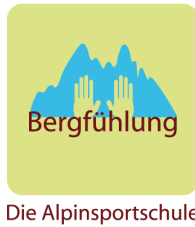
Vor Ort werden Sie von Isolde Fink, Bergfuehlung Wanderführerin mit Erfahrung bis knapp 7.000m begleitet. Bei der Besteigung arbeitet Isolde mit einem geprüften nepalesischen Climbing Sherpa von der NMA (Nepal Mountaineering Association) zusammen. Es besteht keine Führung durch einen Bergführer im Sinne des Internationalen Verbandes der Bergführerverbände (IVBV).

Versicherungen

In dem vorliegenden Reisearrangement sind keine Versicherungen enthalten. Bitte sorgen Sie selbst für ausreichenden Versicherungsschutz. Vor allem notwendig sind eine Auslandsreise-Krankenversicherung und eine Reiseunfallversicherung. Versicherungscoupons liegen bei oder können bei uns angefordert werden.

Bergfuehlung – Die Alpinsportschule GmbH

Büro: Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · **Fon:** *49 (0) 7051-15 96 828 · **Fax:** *49 (0) 7051-15 96 827 · **www.bergfuehlung.de** · **info@bergfuehlung.de**



Weitere zu erwartende Ausgaben

Flug (kann gerne von der Bergfuehlung organisiert werden) nach und von Kathmandu sowie damit verbundene Steuern und Taxes, nicht ausgeschriebene Mahlzeiten und Getränke, Trinkgelder, Ausgaben des persönlichen Bedarfs, Versicherungen

Unterkünfte

Hotels mit Frühstück, Gästehäuser beim Trekking, Zelt mit Vollpension bei der Besteigung selbst.

Treffpunkt

Siehe Detailausschreibung „Kultur-Kontakt-Trekking Nepal“ an dessen Anschluss diese Tour durchgeführt wird.

Leitung

Vor Ort werden Sie von Isolde Fink betreut. Für Isolde ist Nepal ihre 2. Heimat. Sie war über 50 mal im Himalaja unterwegs und arbeitet mit ihrem Kollegen Tonje aus Radudel zusammen. Dieses sehr anspruchsvolle Trekking mit Besteigung des Mera Peak ist wie das vorausgehende Kultur-Kontakt-Trekking auch als Hilfprojekt für Radudel gedacht. Bei der Besteigung des Mera Peak wird ein erfahrener nepalesischer Climbing Guide dabei sein.

Isolde organisiert auf Wunsch gerne ein Vortreffen für die Teilnehmer/innen, bei dem vieles abgesprochen und geklärt werden kann. Termin und Ort nach Absprache.

Verantwortung

Die Bergfuehlung ist CSR-zertifiziert (Nachhaltigkeits-Audit). D.h. wir übernehmen mit nachhaltigen Reisekonzepten Verantwortung gegenüber unserer Natur und Umwelt. In diesem konkreten Fall bedeutet dies die Unterstützung der örtlichen Bevölkerung, und die Kombination mit dem Kultur-Kontakt-Trekking (damit besseres Verhältnis Anreise zu Verweildauer).



Ausrüstung

In der beiliegenden Ausrüstungsliste können Sie ersehen, was Sie mitbringen müssen. Auf Anfrage können Sie auch einzelne Ausrüstungsgegenstände von uns leihen. Bitte geben Sie diese bei der Anmeldung mit an.

Bergausrüstung

- Steigeisenfeste, warme Bergstiefel
- Steigeisen mit Antistoll-Platten (an Schuhe angepasst)
- Eispickel
- Hüftgurt
- 2 Safelockkarabiner
- 2 Normalkarabiner
- 1 lange (1,2m), 1 kurze Bandschlinge (0,6m)
- Reepschnüre/Prusik 5 oder 6 mm Ø (1x1m,1x2m,1x4m)
- Teleskopstöcke
- Rucksack ca. 30-40 l
- Trekking Packtasche 70-90 l

Kleidung

- Fleecepulli und Tourenhose
- Gore-Hose und -Jacke
- Handschuhe und Mütze (2 x)
- warme Unterbekleidung
- Expeditionsschlafsack Schlaftemperatur –20°C
- Fleeceweste
- leichte-mittlere Daunenjacke oder polyester-wattierte Jacke
- Softshell
- persönliche Kleidung
- Wechselwäsche

Sonstiges

- Sonnenbrille Schutzfaktor 3 oder 4
- Sonnenschutz (hoher Lichtschutzfaktor)
- persönliche Medikamente, kleine Rucksackapotheke
- Reisepass mit mindestens 6 Monaten Gültigkeit



Die Alpinsportschule

Seite 7

-
- Bargeld und Kreditkarte (Euro- oder Mastercard)
 - Flugticket bzw. Buchungs-Code
 - Kopien der Reisedokumente
 - Waschzeug

Verpflegung

- Thermos- oder 2 Trinkflaschen, insgesamt mindestens 1,5l

Bergführung – Die Alpinsportschule GmbH

Büro: Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · **Fon:** *49 (0) 7051-15 96 828 · **Fax:** *49 (0) 7051-15 96 827 · www.bergfuehlung.de · info@bergfuehlung.de