

# Expedition Ama Dablam mit Lobuche Peak

**Eine technisch anspruchsvolle Reise auf den wohl schönsten Gipfel der Welt.**

**Während 28 Tagen erleben wir eine anspruchsvolle Expedition durch das Khumbu-Gebiet bis auf den Gipfel der Ama Dablam. Eine sorgfältig aufgebaute Akklimatisation schafft die Grundlage für die Besteigung. Auf dem Weg besteigen wir den Gokyo Ri 5357m und den Lobuche East 6119m und sammeln dabei wichtige Höhenmeter sowie Erfahrung im hochalpinen Gelände.**

**1. Tag** Flug nach Kathmandu

**2.–3. Tag** Ankunft in Kathmandu und Expeditionsvorbereitung

**4.–9. Tag** Flug nach Lukla und Akklimatisationstrekking über Namche Bazar ins Gokyo-Tal

**10.–11. Tag** Besteigung des Gokyo Ri und Überschreitung des Cho La Pass

**12.–13. Tag** Aufstieg zum Hochlager und Besteigung des Lobuche East

**14. Tag** Trekking zum Ama Dablam Basislager

**15.–22. Tag** Besteigung der Ama Dablam über den Südwestgrat

**23.–24. Tag** Rückkehr über Namche Bazar nach Lukla

**25.–26. Tag** Rückflug nach Kathmandu und Reservetag

**27.–28. Tag** Rückflug nach Europa und Ankunft in der Heimat

### Deine Pluspunkte

- Persönliche 1:1-Betreuung durch einen erfahrenen Climbing Sherpa an der Ama Dablam
- Durchdachte Akklimatisation im Khumbu mit Besteigungen von Gokyo Ri und Lobuche East
- Traumroute über den Südwestgrat mit abwechslungsreicher Kletterei in Fels, Eis und Firn
- Flexible Anreise nach Lukla per Helikopter oder Propellermaschine für einen möglichst reibungslosen Expeditionsstart
- Kleine Gruppe von 6-10 Teilnehmenden

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 5: Höchste technische Anforderungen in Fels-, Eis- oder Mixed-Gelände, oft unter extremen Bedingungen und in grosser Höhe. Exzellente alpine Erfahrung sowie maximale Selbstständigkeit sind Voraussetzung.

**Kondition:** Stufe 4: Lange Tagesleistungen und wiederholte Belastungsspitzen während mehreren aufeinander folgenden Tagen, oft in grosser Höhe. Ausgezeichnete Ausdauer ist Voraussetzung.

## Leistungen inbegriffen

- Organisation der gesamten Expedition
- Führung durch eine:n expeditionserfahrene:n, staatlich geprüfte:n KP-Bergführer:in
- 1 persönlicher Climbing Sherpa pro Person an der Ama Dablam (inkl. Versicherung, Verpflegung, Honorar und guter Ausrüstung)
- 1 Climbing Sherpa pro 4 Personen am Lobuche East
- Obligatorischer nepalesischer Begleitoffizier
- Technische Infrastruktur für die Besteigung (Fixseile, Bergseile, Firnschwerter und Eisschrauben)
- Medizinischer Sauerstoff für Notfälle
- Umfangreiche Expeditionsapotheke im Basislager inklusive Pulsoxymeter
- Zusätzliche Sicherheitsapotheke in den Hochlagern
- Tägliche Wetterprognosen aus der Schweiz während der Besteigungstage
- Funkgerät für Teilnehmende
- Satellitentelefon (Gesprächsgebühren exklusiv)
- Internet- und WLAN-Zugang im Basislager
- Exklusiver Helikopter- oder Propellermaschinen Flug von Kathmandu nach Lukla (inkl. 35 kg persönlichem Gepäck)
- Rückflug von Lukla nach Kathmandu oder Ramechhap (inkl. 35 kg persönlichem Gepäck)
- Sämtliche Transfers, Bus- und Jeepfahrten gemäss Programm
- Alle Trekking-, Nationalpark- und Bewilligungsgebühren
- Sämtliche Gipfel- und Besteigungsgebühren
- 4 Nächte im 5*-Hotel in Kathmandu (Einzelzimmer)
- 11 Nächte in ausgewählten Lodges (Doppelzimmer)
- Persönliches Hauszelt im Basislager
- Komfortables Basislager mit beheiztem Esszelt, Duschen und Toiletten
- Übernachtung im Lobuche-Hochlager (2 Personen pro Zelt)
- Übernachtungen in den Hochlagern der Ama Dablam (2 Personen pro Zelt)
- Halbpension in Kathmandu
- Vollpension ab/bis Lukla
- Tee und Kaffee zu den gemeinsamen Mahlzeiten ab/bis Lukla
- Tourentee während den Tagen in den Bergen
- Gepäcktransport während des gesamten Trekkings

## Leistungen nicht inbegriffen

- Flüge nach/ab Kathmandu (Gerne übernehmen wir die Flugbuchung für dich. In diesem Falle verrechnen wir dir eine Buchungspauschale von CHF 100.-)
- Versicherungen
- Visagebühren für Nepal (ca. USD 50.–)
- Individuelle Getränke
- Persönliche Medikamente
- Individuelle Trinkgelder von ca. USD 800.– pro Person
- Persönliche Auslagen
- Mehrkosten aufgrund von Programmänderungen

# Detailprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

### 1. Tag | Flug nach Kathmandu

Individuelle Anreise nach Kathmandu.

### 2.–3. Tag | Ankunft in Kathmandu und letzte Vorbereitungen

Nach unserer Ankunft in Kathmandu beziehen wir ein Hotel in unmittelbarer Nähe vom Thamel. In den kommenden 1.5 Tagen steht das Expeditionsbriefing an und wir haben Zeit um die Stadt zu besichtigen. Kathmandu ist eine lebendige, faszinierende Stadt mit vielen Facetten: von den bunten Souvenirshops des Thamel über die Gemüsemärkte zu den grossen, religiösen Sehenswürdigkeiten wie das hinduistische Pashupatinath oder die buddhistische Stupa Bodnath - ein Ort, an dem man gerne stundenlang verweilt.

**Hotel | Mahlzeiten: -/-/A**

### 4. Tag | Kathmandu–Lukla 2800m – Phakding 2650m

In aller Frühe brechen wir zum Flughafen auf und starten je nach Wetter- und Sichtverhältnissen mit dem Helikopter oder einer komfortablen Propellermaschine. Dank dieser Flexibilität optimieren wir einen planmässigen und reibungslosen Start in das Abenteuer. Ein knapp einstündiger Flug bringt uns nach Lukla, wo uns die Begleitmannschaft bereits erwartet. Langsam und stetig gehen ist oberstes Gebot, denn unser Organismus muss sich erst an die dünne Luft gewöhnen. Wir steigen ca. zwei Stunden zum Kusum-Fluss ab und folgen dann dem Dudh Kosi am Ostufer stromaufwärts nach Phakding. Der Rest des Tages dient zum Ausruhen und kommt unserer Akklimatisation zugute.

**Gehzeit ca. 3-4 Std | Aufstieg 220m | Abstieg 450m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 5. Tag | Phakding 2650m – Namche Bazar 3450m

Weiter nordwärts überqueren wir mehrmals auf langen Hängebrücken den Kusum-Fluss. In Jorsale, am Eingang zum Sagarmatha-Nationalpark, befindet sich der „Police Checkpost“. Der Nationalpark ist nach dem Sherpa-Wort für den Everest benannt. Nach insgesamt drei bis vier Stunden kommen wir am Zusammenfluss von Nangpo und Imja zum Dudh Kosi an. Weiter geht es über die Imja-Schlucht und dann steil aufwärts in etwa zwei Stunden zum Sherpa Zentrum Namche Bazar.

**Gehzeit ca. 5-6 Std | Aufstieg 1150m | Abstieg 300m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 6. Tag | Namche Bazar

Zur optimalen Akklimatisation gönnen wir uns einen Tag im Sherpa Zenturm. Namche Bazar bietet eine Vielzahl von Möglichkeiten und nur wer Namche Bazar kennt, versteht die eigenständige Sherpa Kultur. So gehört zum Beispiel ein Besuch von Kumjung, einem Weiler auf der Hochterrasse oberhalb Namche Bazar unbedingt zum Programm. Ein kurzer Spaziergang bringt uns zum Mendaphu Hill, einem erstklassigen Aussichtspunkt auf viele Khumbu-Gipfel einschliesslich Everest, Lhotse, Taboche und unserem Ziel, die Ama Dablam. Selbstverständlich bleibt auch Zeit zum Einkauf in den unzähligen, von Familien geführten, Läden oder auf einen Kaffee in einer der gemütlichen Bäckereien.

**Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 7. Tag | Namche Bazar 3450m – Dole 4040m

Morgens brechen wir auf in Richtung Gokyo-Hochtal. Auf einem aussichtsreichen Hangweg gelangen wir nach Sanasa. Kurz nach dem Weiler verlassen wir das eigentliche Khumbu und gelangen ins Gokyo-Tal. Dieses Hochtal ist deutlich ruhiger und einsamer als das Haupttal. Dole, das erste grössere Dorf, ist unser Tagesziel.

**Gehzeit ca. 5-6 Std | Aufstieg 950m | Abstieg 400m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 8. Tag | Dole 4040m – Machhermo 4410m

Wunderschön zieht sich unser Weg, auf der orografisch rechten Talseite, entlang. Zunächst wandern wir steil hinauf zum Weiler Luza und weiter nach Machhermo.

**Gehzeit ca. 4 Std | Aufstieg 1050m | Abstieg 150m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 9. Tag | Machhermo 4410m – Alp Gokyo 4750m

Bei unserem Weitermarsch in Richtung Norden wird die Landschaft grossartiger und wilder. Hinter Machhermo befinden wir uns bereits zwischen dem Machhermo Ri und der Seitenmoräne des Nguzumba-Gletschers. Der Weg führt vorbei an zwei tiefblauen Seen bis zur Alp Gokyo auf 4750 m Höhe. Es bleibt Zeit sich umzuschauen und auf den aussichtsreichen Moränenkamm zu steigen

**Gehzeit ca. 5 Std | Aufstieg 400m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 10. Tag | Alp Gokyo 4750m – Gokyo Ri 5357m – Alp Dragnag 4690m

Für unseren ersten Gipfel, den Gokyo Ri, benötigen wir morgens im Aufstieg etwa zwei bis drei Stunden Zeit. Ein grossartiges Panorama erwartet uns mit Ausblicken auf die Riesen Everest, Nuptse, Lhotse, Cho Oyu und weitere unzählige Sechs- und Siebentausender. So sehen wir vom Gokyo Ri aus auch unser nächstes Gipfelziel, den 6119m hohen Lobuche. Nach der Rückkehr zur Alp Gokyo führt unser Weiterweg südlich um den Nguzumba-Gletscher herum bis zum Weiler Na. Nun steigen wir das fast vegetationslose, alte Moränengelände nach Nordwesten bis zur Alp Dragnag hinauf.

**Gehzeit ca. 8 Std | Aufstieg 900m | Abstieg 1050m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 11. Tag | Alp Dragnag 4690m - Cho La Pass 5420m – Dzonglha 4850m

Wir folgen dem Hochtal von Nyimagawa zum Cho La Pass. Der anschliessende Abstieg zur Alp von Dzonglha führt ein Stück über einen Gletscher. Unsere Lodge liegt idyllisch auf einer grünen Matte und offenbart nach Süden einen gewaltigen Blick auf das 6500 m hohe Massiv des Jobo Lhaptshan und Taboche.

**Gehzeit ca. 7 Std | Aufstieg 730m | Abstieg 600m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 12. Tag | Dzonglha 4850m – Lobuche Hochlager 5250m

Vorbei am Awi Peak und dem grossen Tshola Tsho See gelangen wir wieder zurück ins eigentliche Khumbu Tal. Weiter geht es entlang der mächtigen Zunge des Khumbu-Gletschers zum Lobuche Basislager. Nichtsdestotrotz favorisieren wir die Variante mit einer Zeltübernachtung im Hochlager. Nach einem stärkenden Mittagessen steigen wir über Steilwiesen und Geröll ins 5250 m hohe Hochlager auf. Vom Hochlager aus ist die Besteigung weniger lang. Die Chance den Gipfel zu erreichen, ist damit wesentlich höher.

**Zelt | Mahlzeiten: F/L/A**

### 13. Tag | Besteigung des Lobuche East 6119m

Der Aufstieg auf den Ost-Gipfel verläuft zunächst über Schotter durch ein rinnenähnliches, kleines Tal. Eine breite Schnee- bzw. Eisflanke führt uns zum Fuss des steilen Süd-Ost-Grates. Über diesen gelangen wir, unter Zuhilfenahme von Fixseilen, auf den Gratgipfel des Lobuche Peak East. Unser zweiter Gipfel offenbart eine faszinierende Rundsicht auf die nahen Riesen Pumori, Everest und Nuptse und natürlich auch auf die Ama Dablam. Nach dem Abstieg zum Basislager wandern wir gleich noch weiter nach Dingboche.

### 14. Tag | Dingboche – Ama Dablam Basislager

Ein geruhsamer Tag steht an und somit können wir zuerst den ursprünglichen Ort geniessen. Dingboche war in früheren Zeiten die Alp der Sherpas aus Namche Bazar. Doch nun hat es sich zu einem kleinen Dorf entwickelt, welches das ganze Jahr bewohnt ist. Die Aussicht auf die nahe Ama Dablam ist beeindruckend. Nach einem gemütlichen Vormittag wandern wir nachmittags ins Basecamp am Fusse der Ama Dablam wo wir ein grosszügiges Einzelzelt beziehen.

**Gehzeit ca. 4 Std | Aufstieg 480m | Abstieg 250m | Zelt | Mahlzeiten: F/L/A**

### 15.-22. Tag | Besteigung der Ama Dablam 6814m

Ganze acht Tage stehen uns nun zur Besteigung der 6814m hohen Ama Dablam zur Verfügung. Wir errichten zwei Hochlager um das „Matterhorn Nepals“ zu besteigen. Dabei werden wir von unseren Sherpas tatkräftig unterstützt. Die Route folgt weitgehend dem Südwestgrat. In 5800m errichten wir am Beginn des Grats das Lager I. Hier beginnt die anspruchsvolle luftige Genusskletterei in bestem Granit hinauf zum Lager II. Die Schlüsselstelle am „Gelben Turm“ (V+) und auch alle anderen schwierigen Passagen sind mit Fixseilen entschärft. Die Gipfeletappe starten wir von Lager II aus. In kombinierter Kletterei gilt es zuerst den Eisbalkon zu erreichen. Hier beginnt die etwa 500m lange und bis zu 50 Grad steile Eis- und Schneeflanke, letztes Hindernis zum Gipfel der Ama Dablam, einem der schönsten Berge der Welt mit freier Sicht auf die Giganten Everest, Lhotse, Cho Oyu und Makalu.

**Zelt | Mahlzeiten: F/L/A**

### 23. Tag | Ama Dablam Basislager – Namche Bazar

Spätestens am 23. Tag unserer Reise verlassen wir das Basislager der Ama Dablam und trekken vorbei am berühmten Kloster Tengboche zurück nach Namche Bazar. Den Nachmittag verbringen wir in den verwinkelten Gassen der Sherpa-Hauptstadt.

**Gehzeit ca. 8 Std | Aufstieg 530m | Abstieg 1730m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 24. Tag | Namche Bazar – Lukla

Über den uns schon bekannten Weg wandern wir über Phakding zurück nach Lukla.

**Gehzeit ca. 7 Std | Aufstieg 250m | Abstieg 950m | Lodge | Mahlzeiten: F/L/A**

### 25. Tag | Lukla – Kathmandu

Wir verlassen das Khumbu Gebiet und fliegen zurück nach Kathmandu. Ein Start von Lukla ist immer etwas Spektakuläres. Da auf Sicht geflogen wird und diese in der Regel am Vormittag besser ist, starten die Flüge meistens auch dann und so erreichen wir Kathmandu in der Regel um die Mittagszeit. Eventuell ist aber auch Geduld gefragt und der Flug erfolgt erst am Nachmittag oder er geht nur bis Ramechap. Wenn dies eintrifft, fahren wir von Ramechap über den Landweg in rund 5 - 6 Stunden nach Kathmandu.

**Hotel | Mahlzeiten: F/-/A**

### 26. Tag | Kathmandu (Reservetag)

Ein letzter Tag steht uns zu Verfügung, um Sehenswürdigkeiten wie Pashupathinath oder Patan zu besuchen und im quirligen Thamel ein paar Souvenirs zu kaufen. Zudem ist dieser Tag auch als Reserve vorgesehen, falls der Flug von Lukla nach Kathmandu wegen schlechtem Wetter nicht stattfinden sollte. Sicherlich geniessen wir den Abend bei einem feinen Abendessen und beschliessen so eine tolle, abwechslungsreiche Zeit im Land der Sherpas.

**Hotel | Mahlzeiten: F/-/A**

### 27. Tag | Rückflug von Kathmandu

Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Europa.

### 28. Tag | Ankunft in der Heimat

**Programmänderungen unter Vorbehalt.**

**Mahlzeiten:**

F: Frühstück

L: Mittagessen | Boxlunch

A: Abendessen

# Wichtige Informationen

## Flugbuchung

Die Langstreckenflüge sind nicht im Pauschalpreis enthalten. Wir vermitteln gerne ein passendes Flugangebot. So können wir die Reise und die Flughafentransfers optimal koordinieren und bei Terminänderungen unterstützen. Für die Flugbuchung verlangen wir eine Bearbeitungsgebühr von CHF 100.-. Wer die Flüge lieber selbst bucht, muss die Reisedaten vorgängig mit uns abstimmen.

Je nach Wetter und Verlauf der Expedition kann sich die Rückreise verschieben. Eine frühere Rückkehr ist ebenso möglich wie eine Verlängerung der Expedition, sofern die Bedingungen eine Besteigung zu einem späteren Zeitpunkt ermöglichen. Deshalb empfehlen wir ein umbuchbares Flugticket. Allfällige Umbuchungskosten tragen die Teilnehmenden.

## Erforderliche Reisedokumente

- Ein Reisepass, der mindestens 6 Monate über das Rückreisedatum hinaus gültig ist.
- Nepal-Visum
- Krankenversicherungsnachweis in Englisch
- Nachweis über genügend finanzielle Mittel für den gesamten Aufenthaltszeitraum

## Impfungen

Ein ausreichender Impfschutz liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden. Es empfiehlt sich, den persönlichen Impfschutz frühzeitig zu überprüfen und bei Bedarf ärztlichen oder tropenmedizinischen Rat einzuholen. Weitere Informationen bietet HealthyTravel.

## Äussere Einflüsse

Sollten wir auf Grund von äusseren Einflüssen wie z.B. Unwetter, schlechten Weg- oder Strassenbedingungen, Flugverzögerungen, Anordnung der Behörden oder Streiks gezwungen sein, den Reiseverlauf anzupassen, behalten wir uns dieses Recht vor.

## Versicherungen

Für einen genügenden Versicherungsschutz sind alle Teilnehmenden selber verantwortlich. Wir empfehlen dringend eine Annullationskosten-, Auslandskranken- und Unfallversicherung. Es gilt darauf zu achten, dass auch allfällige Bergungs- und Rettungskosten eingeschlossen sind. Viele Versicherungen schliessen Reisen und Aktivitäten in grossen Höhen aus oder begrenzen ihre Leistungen. Eine frühzeitige Abklärung, ob die Versicherung für die geplante Reise die volle Deckung übernimmt, ist wichtig.

Ebenso wichtig ist die Übernahme von epidemischen oder pandemischen Krankheiten sowie bei politischen Situationen vor Ort. Auf dieser Seite haben wir ausführliche Informationen rund um das Thema Versicherungen zusammengestellt.

## Optimale Akklimatisation

Statt eines reinen «Rauf und runter» am Berg setzen wir auf ein abwechslungsreiches Trekking zur optimalen Akklimatisation. Dadurch lernen wir das Khumbu-Gebiet intensiv kennen und schaffen gleichzeitig die bestmöglichen Voraussetzungen für die Besteigung der Ama Dablam.

## Lokales Team

Unsere lokale Mannschaft besteht aus erfahrenen nepalesischen Sherpas. Über viele Jahre haben wir gemeinsam ein eingespieltes und vertrauensvolles Team aufgebaut. Mehrere unserer Sherpas standen bereits mehrere Male auf dem Gipfel des Mt. Everest sowie auf verschiedenen weiteren Achttausendern. Ihre Erfahrung, Ortskenntnis und Professionalität sind ein wichtiger Bestandteil unserer Expeditionen.

## Trinkgelder

Unsere lokalen Mitarbeitenden leisten einen entscheidenden Beitrag zum Erfolg der Expedition. Dazu gehören insbesondere die Climbing Sherpas, die Kochmannschaft sowie die Träger. Die Höhe der Trinkgelder ist grundsätzlich leistungsabhängig. Nachfolgend findest du die empfohlenen Mindestbeträge:

Persönlicher Climbing Sherpa: USD 500.– Gipfelbonus ab Erreichen von Camp II (bei einem vorzeitigen Abbruch mindestens 50 % des Betrags)

Koch- und Basecamp-Mannschaft: USD 200.–

Träger: USD 100.–

Die empfohlenen Trinkgelder belaufen sich somit auf insgesamt rund USD 800.– pro Person.

## Klima

Im Himalaya treffen unterschiedliche Klimazonen aufeinander. Die Südabdachung ist von einem subtropischen Monsunklima mit hohen Niederschlägen im Sommer geprägt, während die Nordabdachung zum tibetischen Hochland deutlich trockener ist und ein kontinentales Klima mit warmen Sommern und kalten Wintern aufweist. Für Expeditionen im Himalaya eignen sich grundsätzlich zwei Zeitfenster: der Frühling (Vor-Monsun) und der Herbst (Nach-Monsun). Beide Jahreszeiten bieten gute Voraussetzungen, unterscheiden sich jedoch hinsichtlich Wetterstabilität, Temperaturen und Besucheraufkommen. Trotz sorgfältiger Planung bleibt das Wetter im Himalaya (wie auch in den Alpen) ein unberechenbarer Faktor und kann einen Gipfelversuch zeitweise verhindern.

## Unterkunft

In Kathmandu übernachten wir im stilvollen Hotel Yak&Yeti. Das traditionsreiche Hotel überzeugt durch seine zentrale Lage in der Nähe des lebhaften Stadtviertels Thamel sowie durch seine grosszügige, gepflegte Gartenanlage. Eine ruhige Oase mitten in der pulsierenden Hauptstadt Nepals. Während des Trekkings übernachten wir in ausgewählten Lodges, teilweise mit einfachem Komfort. Die Unterbringung erfolgt in der Regel in Doppelzimmern.

Im Basislager der Ama Dablam stehen geräumige und komfortable Hauszelte (Boxtents) zur Verfügung. In den Hochlagern am Lobuche East sowie an der Ama Dablam teilen sich jeweils zwei Personen ein Expeditionszelt.

## Annullationsbedingungen

Es gelten die offiziellen Annullationsbedinungen gemäss AGB's.

## Keine Gipfelgarantie

Wir planen all unsere Reisen mit grosser Sorgfalt und bestmöglichen Akklimatisationen um sicher ans Ziel zu kommen. Wir geben jedoch keine Gipfelgarantie - die Sicherheit und Gesundheit aller Teilnehmer steht immer an oberster Stelle.

## Durchführung

Der aktuelle Status ist auf der Webseite ersichtlich. Wir informieren dich frühzeitig über die definitive Durchführung. Bitte wende dich für Fragen direkt an unser Büro in Root-Luzern, +41313812333 oder info@kp-swissexpeditions.ch

## Haftungsauschluss

Mit der Buchung akzeptieren die Teilnehmenden das dem Bergsport innewohnende Restrisiko, das auch bei sorgfältiger Führungsarbeit bestehen bleibt. Voraussetzung für die Teilnahme sind die erforderliche körperliche und psychische Verfassung sowie eine den Anforderungen entsprechende Ausrüstung. Den Weisungen der Reiseleitung ist Folge zu leisten. Die Teilnehmenden tragen im Rahmen ihrer Kenntnisse und Fähigkeiten Eigenverantwortung.

KP swiss expeditions haftet im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen. Eine Haftung für Schäden aufgrund höherer Gewalt, unvorhersehbarer Naturereignisse, Eigenverschuldens, des Fehlverhaltens Dritter oder der Missachtung von Weisungen ist ausgeschlossen.

# Spezifische Anforderung

Die Expedition ist anspruchsvoll und körperlich anstrengend. Aufgrund der grossen Höhe ist sie mit gewissen Risiken verbunden. Jede Person muss die eigenen Grenzen realistisch einschätzen und bereit sein, bei Bedarf auf einen Weiteraufstieg zu verzichten oder den Rückzug anzutreten. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Die Expeditionsleitung ist für die Gesamtleitung der Gruppe verantwortlich, nicht jedoch für eine individuelle Einzelbetreuung. Die Weisungen und Entscheidungen der Expeditionsleitung sind zu befolgen und werden im Interesse der Sicherheit sowie der gesamten Gruppe getroffen. Je nach Verhältnissen können Anpassungen, Improvisationen und Programmänderungen notwendig sein.

Wir legen grossen Wert auf tatkräftige Mithilfe, Kameradschaft, Toleranz und eine positive Teamhaltung. Für Unfälle, Schäden oder Materialverluste übernimmt KP swiss expeditions keine Haftung.

# Ausrüstung

### Bekleidung

- Gore Tex Jacke
- Fleecejacke
- Softshelljacke
- Daunenjacke (mit 800er Daunenfüllung)
- leichte Daunen oder Isolierjacke
- Hemden/Shirts
- Hochtouren- oder Trekkinghose
- Gore-Tex-Hose
- Berghose (aus Fleece oder Powerstretch)
- Gefütterte Hose (z.B. Primaloft)
- Kurze Hose
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Ersatzunterwäsche
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Dicke und dünne Socken
- Daunensocken
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Warme Fausthandschuhe
- Daunen-Fausthandschuhe
- Warme Mütze
- Sturmhaube oder Gesichtsmaske
- Buff als Staub- oder Kälteschutz
- Badebekleidung
- Bequeme Schuhe
- Sandalen
- Gamaschen
- Warme, dicke Bergsocken
- Expeditions-Daunenschuhe
- Stirnband

### Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (50-60l)
- Regenhülle für Rucksack
- Thermosflasche
- Weithalsflasche (z.B. aus Lexan)
- Sonnen- und Lippencrème (Faktor 50+)
- Sonnenhut
- Sonnenbrille (Kategorie 4 - Gletscherbrille)
- Skibrille
- LED Stirnlampe mit neuen Batterien und Ersatzbatterien
- Kleine Reservestirnlampe
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Schreibzeug und Notizpapier
- Ev. Fotoapparat
- Powerbank für Handy/Fotoapparat
- Weltreiseadapter
- Mobiltelefon
- Sportuhr
- Feuerzeug
- Leichtes Essenset (Gabel, Löffel, kleine Plastikschüssel oder Teller)
- Thermopads

## Technische Ausrüstung

- Expeditionsbergschuh mit herausnehmbarem Innenschuh https://www.alpineoutfitters.ch/maenner/schuhe/bergschuhe/g2-evo/ZFMS069.2K00Y00-40
- Stabile Trekking- oder Bergschuhe
- Biwakschuhe wasserdichte Überschuhe
- Steigeisen mit Antistoll
- Pickel (Ideallänge: Von Hand bis Schuhrand)
- 2 Eisgeräte
- Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Hochtouren-Set Expeditionen (2 HMS Karabiner, Sicherungs-/Abseilgerät, Bandschlingen 60+120 cm, Reepschnüre 6mm 120+400 cm, 1 Eisschraube)
- Helm
- 1 Bandschlinge 120cm
- 3 HMS-Karabiner (Schrauber)
- 2 Normalkarabiner (Schnapper)
- 5m Reepschnur 7mm (für Jümar-System)
- 5m Reepschnur 5mm
- 1 Steigklemme
- Abseilgerät (Abseilachter empfohlen)
- Kompressionssack für Daunenausrüstung
- Wasserdichter Kleiderbeutel für in die Packtasche
- Staub- und Wasserabweisende Reisetasche mit oder ohne Rollen

## Reisedokumente und Geld

- Reisepass
- Kopie Reisepass
- Kreditkarte
- Bargeld in USD
- 2 Passfotos
- Impfausweise (zusätzlich eine Kopie)
- Versicherungsnachweise (Krankenkasse, Rega,..)

## Hygiene und Gesundheit

- Toilettenartikel im Kleinformat
- Desinfektionsmittel
- Waschbeutel
- Microfasertuch
- Taschentücher
- Kleine persönliche Reiseapotheke
- Pinkelflasche

## Übernachtung im Zelt

- Ohrenpfropfen
- Daunenschlafsack (Komfortbereich bis -29°C)
- Isomatte mit hoher Isolation z.B. Exped
- Kopfkissenbezug

# Kontakt

## Hast du noch Fragen? Wir beraten dich gerne!

Telefon: +41 31 381 23 33
E-Mail: info@kp-swissexpeditions.ch
Homepage: https://www.kp-swissexpeditions.ch/

## Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
09:00–12:00 Uhr
13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.
Allgemeine Geschäftsbedingungen: https://www.kp-swissexpeditions.ch/AGB
Druckdatum: 04.11.2026 23:36