

Nepal 2026

Everest Trekking

Option 1

Traditioneller Everest Base Camp Trek

ca. 07.11.-28.11.2026

Anfragen telefonisch oder per WhatsApp unter

0152 21 86 86 86

Nepal – Everest Base Camp Trek

Datum	Ort	Aktivität	Dauer	Entfernung	Aufstieg	Abstieg	Höhe
07.11.2026	Deutschland - Kathmandu	Anreise					
08.11.2026	Kathmandu	Swayambhunath					
09.11.2026	Kathmandu	Pashupatinath, Bodnath Stupa					
10.11.2026	EBC Tag 1	Lukla - Pakding	2,5 h	7,4 km	130 HM	340 HM	2600 m
11.11.2026	EBC Tag 2	Pakding – Namche Bazar	4,0 h	10,1 km	880 HM	140 HM	3500 m
12.11.2026	EBC Tag 3	Akklimatisierungstag	3,5 h	7,5 km	560 HM	560 HM	3500 m
13.11.2026	EBC Tag 4	Namche Bazar - Debouche	5,5 h	10,9 km	750 HM	430 HM	3750 m
14.11.2026	EBC Tag 5	Debouche - Dingboche	4,5 h	9,6 km	620 HM	30 HM	4300 m
15.11.2026	EBC Tag 6	Akklimatisierungstag	4,0 h	7,0 km	530 HM	530 HM	4300 m
16.11.2026	EBC Tag 7	Dingboche - Lobuche	5,5 h	10,6 km	690 HM	110 HM	4900 m
17.11.2026	EBC Tag 8	Lobuche – Gorak Shep - EBC	5,0 h	10,6 km	370 HM	120 HM	5200 m
18.11.2026	EBC Tag 9	Gorak Shep – Kalar Patthar - Periche	8,0 h	15,3 km	420 HM	1320 HM	4250 m
19.11.2026	EBC Tag 10	Periche - Pangboche	3,0 h	6,3 km	80 HM	350 HM	4000 m
20.11.2026	EBC Tag 11	Pangboche – Ama Dablam BC	6,0 h	10,0 km	730 HM	730 HM	4000 m
21.11.2026	EBC Tag 12	Pangboche – Namche Bazar	6,5 h	13,7 km	460 HM	1030 HM	3500 m
22.11.2026	EBC Tag 13	Namche Bazar - Pakding	2,0 h	5,4 km	80 HM	660 HM	2600 m
23.11.2026	EBC Tag 14	Pakding - Lukla	4,0 h	12,7 km	410 HM	380 HM	2850 m
24.11.2026	Kathmandu	Lukla - Kathmandu					
25.11.2026	Kathmandu	Kathmandu		Gesamt:			
26.11.2026	Kathmandu	Kathmandu		130,1 km	6710 HM	6710 HM	
27.11.2026	Kathmandu	Kathmandu					
28.11.2026	Kathmandu – Deutschland						

Streckenverlauf

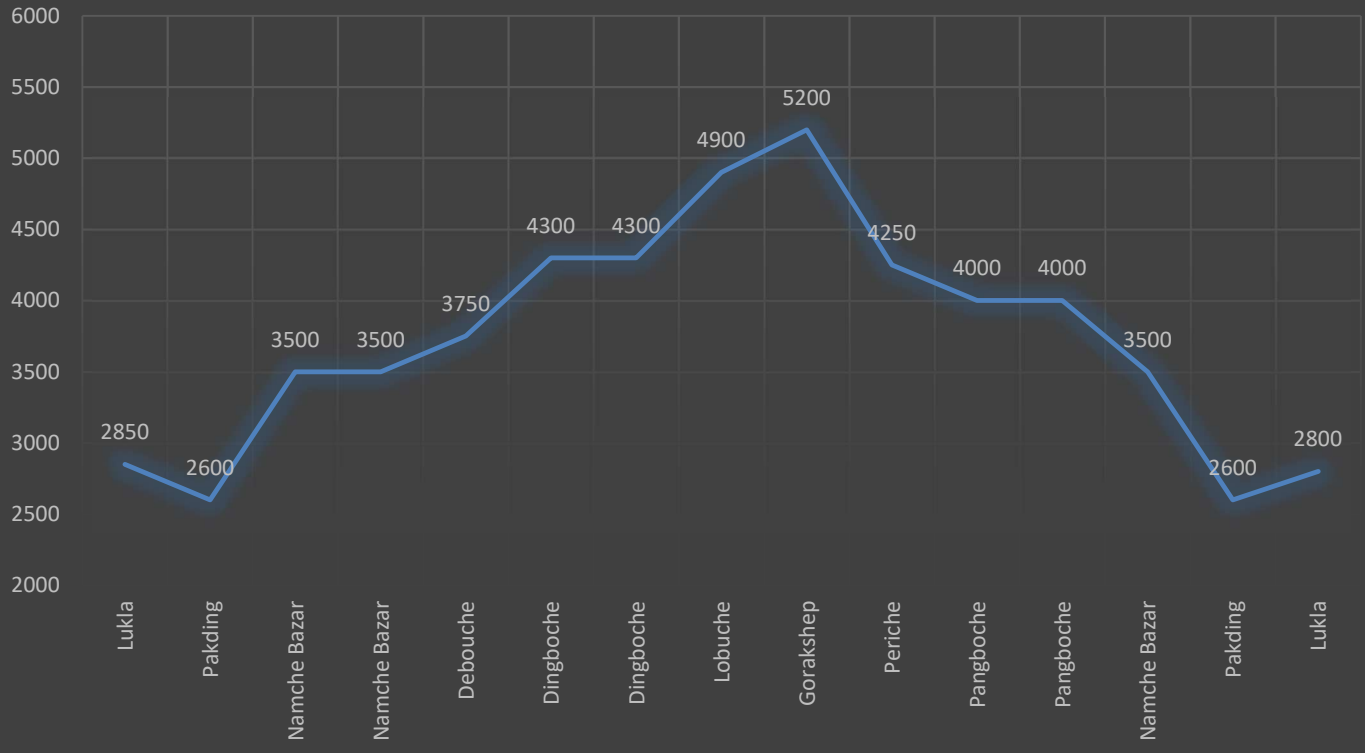
Everest Base Camp Trek

Inkl. Nangkartshang, Kalar Patthar und Ama Dablam Base Camp

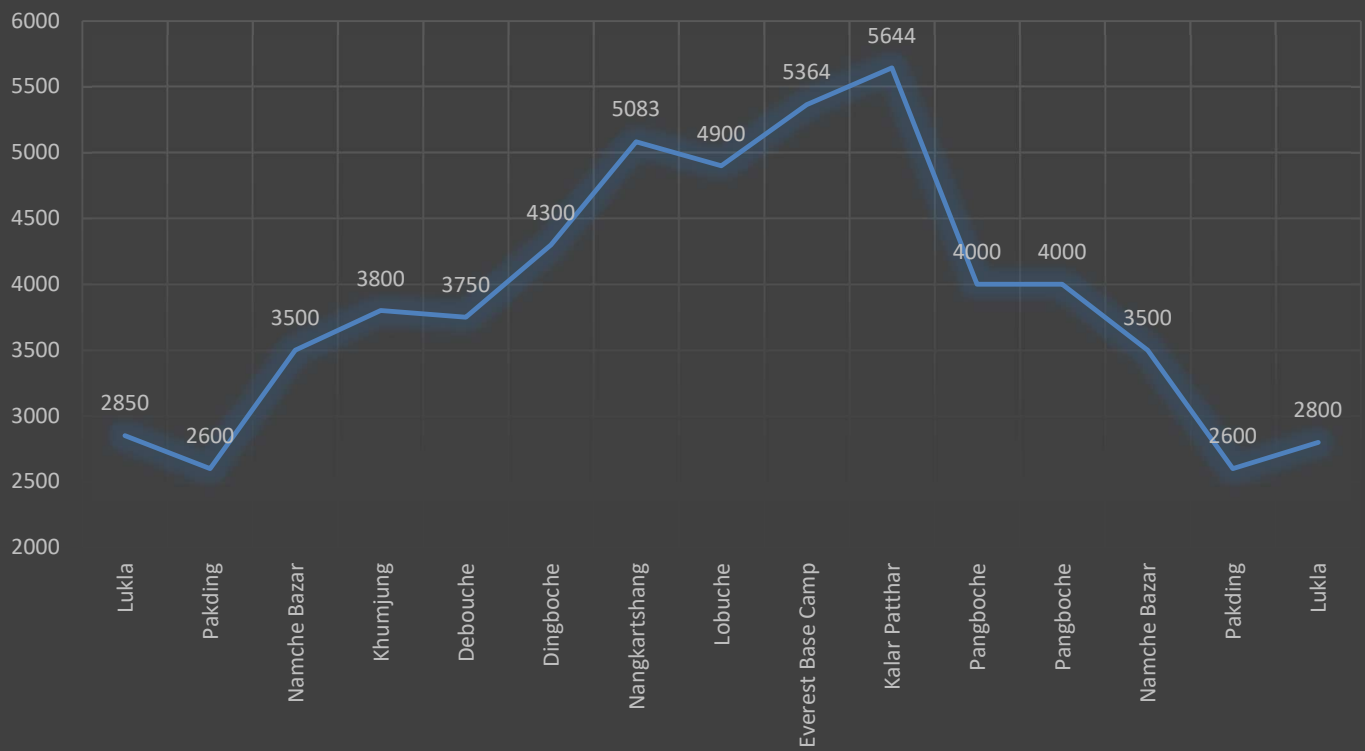


Höhenprofile

Höhenprofil (Übernachtungen) - Traditioneller Everest Base Camp Trek



Höhenprofil (Wanderhöhen) - Traditioneller Everest Base Camp Trek



Eindrücke unserer bevorstehenden Reise
(alle Fotos sind von mir aus dem Jahr 2021 und 2022)

Sadu in Pashupatinath – Kathmandu



Bodnath Stupa – Kathmandu



Swayambhu Stupa – Kathmandu



Durbar-Platz Kathmandu



Holi Pulver



Airport Lukla



Hillary Bridge vor Namche Bazar



Heiliger Berg Ama Dablam – 6814m



Fröhliche Kinder in Khumjung



Mühsame Handarbeit



Namche Bazar – 3440m



Porter auf dem Weg nach Tengboche



Yak bei Dingboche



Chukhung Ri mit Blick auf den Makalu – 8485m (5. höchster Berg der Welt)



Yak Karawane vor Lobuche



Pumori – 7165m



Lothse – 8516m (4. höchster Berg der Welt)



Everest Base Camp – 5364m



Kalar Patthar – 5614m mit Blick auf den Mt. Everest – 8848m



Durbar-Platz der 2. Königsstadt Lalitpur



Durbar-Platz der 3. Königsstadt Bhaktapur



Für Fragen bin ich unter den nachfolgenden Kontaktdaten erreichbar.



Thomas Söldner

Tel. 0152 21 86 86 86

Email: thomas_soeldner@web.de

Facebook: Sö Adventures

Instagram: thomas.soeldner