



"GREAT HIMALAYA TREK" TEIL I

NR	Start	Ziel	Besonderes	Distanz km	HM AUF	HM AB	Std.	Datum
GHT TEIL 1				367,2	28490	27696		
39 Tage								
1	Kanchenjunga BC 5150m	Lhonak 4760m	Start GHT BC Kanchenjunga 5160m	7,6	60	460	2,5	07.11.11
2	Lhonak	Ghunsa 3420m		19,6	300	1640	6	08.11.11
3	Ghunsa	Dharamsala Camp 4170m	Nango La 4776m	10,8	1540	790	6	21.04.13
4	Dharamsala Camp	Chyane 2930m		9	100	1340	4	22.04.13
5	Chyane	Olangchun Gola 3205m	65 Häuser / 200 - 500 EW	5,2	400	675	3,5	23.04.13
6	Olangchun Gola	High Camp 4450m		12,2	1355	110	7	25.04.13
7	High Camp	Pass Camp 5170m		4,4	750	30	5	26.04.13
8	Pass Camp	Thudam 3554m	Lumbha Sambha 5159m, Schneeblind	12,2	140	1756	6	27.04.13
9	Thudam	Hikchu Kharka 2488m		12,5	1300	2366	8	29.04.13
10	Hikchu	Linggam 2465m	ca. 300 Sch./11 Stufen/16 Klassen/9 Leh.	5,8	860	883	5	30.04.13
11	Linggam	Hongon 2390m	ca. 500 Häuser	8,5	100	1075	6	01.05.13
12	Hongon	Molun Pokhari 3930m		6,5	1600	60	6	02.05.13
13	Molun Pokhari	Cave Camp 3115m		12,3	680	1495	8,5	03.05.13
14	Cave Camp	Kalo Pokhari 4200m	Schwierige Routenfindung !	5	1300	215	7	04.05.13
15	Kalo Pokhari	Yangla Kharka 3660m	Abschnittende !	11,3	1100	1640	9	05.05.13
16	Yangla Kharka	Merek 4110m		5,1	500	50	3,5	01.11.09
17	Merek	Makalu BC 4870m		11	900	110	5	02.11.09
18	Makalu BC	Puja Camp 5200m		5	400	70	4	03.11.09
19	Puja Camp	Sherpani Col BC 5730m		3,2	610	80	4	04.11.09
20	Sherpani Col BC	Honku Basin 5460m	Sherpani Col 6146m - West Col 6143m	8,1	460	730	7,5	05.11.09
21	Honku Basin	Amphu Labsta La BC 5480m		3,8	200	180	3	06.11.09
22	Amphu Labsta La BC	Dingboche 4400m	Amphu Labsta La 5845m	17	500	1580	8	07.11.09
Standortwechsel !								
23	Barhabisi 876m	Karthali Eco Lodge 1700m	Bus von Kathmandu bis Karthali !!	10,6	1240	416		27.04.09
24	Karthali	Dolangsa 2450m		8	1100	350	4	28.04.09
25	Dolangsa	Bigu Gompa 2530m	Tingsang La 3280m	12	1400	1320	5	29.04.09
26	Bigu Gompa	Bulungsi Eco Lodge 2050m		15,5	1100	1580	6	30.04.09
27	Bulungsi - Laduk	Gonggar 1295m		14,8	395	1200	5	01.05.09
28	Gonggar	Simigaon Eco Lodge 2010m	Steiler und heißer Aufstieg	5,5	460	245	5	02.05.09
29	Simigaon	Dokhang 2800m	Lager beim Bach	7,9	1300	510	4	03.05.09
30	Dokhang	Beding 3725m		9,5	1000	75	4	04.05.09
31	Beding	Na 4180m		6,2	500	45	22	05.05.09
32	Na	Glacier Camp 4830m	Schneefall i.d.Nacht	17,2	1080	430	8,5	06.05.09
33	Glacier Camp	Tashi Labsta Camp 5665m	Tashi Labsta La 5755m	5,2	910	75	6	07.05.09
34	Tashi Labsta Camp	Thame 3820m		11,8	50	1895	6	08.05.09
35	Thame	Marulung 4130m		7,2	400	90	3,5	06.11.07
36	Marulung	Rrelama Tso 4930m		6,2	800	0	4	07.11.07
37	Relama Tso	Gokyo 4800m	Renjo La 5360m	7	520	650	5,5	08.11.07
38	Gokyo	Phortse 4000m		14,5	380	1180	6	10.11.07
39	Phortse	Dingboche 4400m	GHT Abschnitt Ende !	12	700	300	6	11.11.07