

Wie schwer ist die Reise?

Anforderungsprofile zu unseren Trekking- und Bergreisen

Bei der Schwierigkeit der Reisen und Expeditionen wird zwischen konditionellen und (alpin)technischen Anforderungen unterschieden: Kondition und Technik sind in den Schwierigkeitsbalken mit einer 5-stufigen Skala symbolisiert. Die Bewertungen basieren auf langjähriger Erfahrung, können aber keine Detailbeschreibung ersetzen. Außerdem können die aktuellen Bedingungen und das Wetter die tatsächlichen Schwierigkeiten und Anforderungen massiv beeinflussen - eh klar.

Generell setzen wir bei allen Reisen guten Gesundheitszustand, körperliche Robustheit und Fitness sowie Verständnis für das meist fremde kulturelle Umfeld und eine entsprechende Bereitschaft zum Komfortverzicht voraus - siehe bitte auch einige grundsätzliche Anmerkungen auf den Seiten 6 und 7 sowie 80.

Genauere Informationen erhältst Du auch in den Detailprogrammen zu jeder Reise und gerne auch im persönlichen Gespräch bei uns im Büro.

Anforderungen: Kondition

bis

Einfachere, nicht oder nur mäßig anstrengende Kultur- und Trekking-, Wüsten- oder Outdoor-Reisen.



Wanderungen bis max. 6 Std./Tag. Keine großen Belastungen durch die Höhe, aber z. T. durch das Klima (Tropen). Ausdauer, auch für lange Autofahrten.

Beispiele: Ägypten/Halbinsel Sinai und Gifl Kebir, Marokko/Kameltrekking, Mongolei, Peru/Inkaweg, Nepal/Siklis, Schweden.

bis

Anspruchsvolles Trekking oder anstrengende Bergbesteigungen, zum Teil auch „kleine“ und leichte 6000er.



Berg-/Trekkingreisen für konditionsstarke Hochgebirgswanderer; Höhen bis 6000 m, teils auch darüber. Gehzeiten bis 8 Std./Tag, an Gipfeltagen erheblich länger.

Beispiele: alle Kilimanjaro-Varianten, Äthiopien, Bolivien/Condoriri, Nepal/Island Peak, Mt. Kailash, Ladakh mit Stok Kangri.

bis

Hohe Trekkingrouten oder Besteigungen anstrengender und schwieriger Fünf- und Sechstausender. Höhe!



Berg-/Trekkingreisen für konditionsstarke Bergsteiger; Höhen bis 6000 m, oft darüber. Gehzeiten bis 10 Std./ Tag, längerer Aufenthalt über 5000 m.

Beispiele: Nepal/Mera Peak und Sherpani Col, K2-Trekking mit Pastore Peak, Ecuador/Chimborazo, Peru/Tocllaraju, Ruwenzori.

bis

Expeditionen zu extrem schweren Sechstausendern sowie zu Sieben- und Achttausendern. Höhe!



Absolute Topkondition und körperliche Robustheit, Westalpen- oder außeralpine Erfahrung bis über 6000 m. Selbständigkeit am Berg, psychische Stärke.

Beispiele: Gurla Mandata, Dhaulagiri VII, Mustagh Ata, Pik Lenin, Mt. McKinley, Cerro Aconcagua, Huascarán, Bolivien/3x6000.

Anforderungen: Technik

bis

Kultur-, Wander- und leichte Trekkingreisen, Wüstenreisen mit Auto. Keine bis geringe alpine Schwierigkeiten.



Trekking auf Wegen und Saumpfaden, nur mittelsteile weglose Passagen, teilweise Schneefelder, keine Kletterstellen. Keine alpine Erfahrungen notwendig.

Beispiele: Äthiopien/Semien, Marokko/Atlas, Tibet/Kailash, Nepal/Khumbu Lodge/Siklis, Kilimanjaro, Patagonien, Montenegro.

bis

Berg- und Trekkingreisen mit technisch nicht allzu schwierigen Zielen, z. T. aber mit größeren Höhen (Gipfel, Pässe). Gletscherbegehungen.



Trekking/Bergsteigen mit steilen, weglosen Passagen in Geröll und Schrofen, z. T. auch Gletscher, leichte Kletterstellen (Fixseile). Alpines Basiskönnen erforderlich.

Beispiele: Ruwenzori, Elbrus, Ararat, Ladakh-Trekking mit Stok Kangri, Aconcagua, Bolivien/Guallatiri, Nepal/Island Peak.

bis

Schwierige Gipfelbesteigungen und Passüberquerungen, z. T. Steilflanken in Schnee/Eis/Gletscher, kombiniertes Gelände und Felspassagen.



Schwierige bis sehr schwere Gipfelbesteigungen. Im Einzelfall Eis- und Felsklettern bis zum IV. Grad (Fixseile). Alpinistisches Allroundkönnen nötig.

Beispiele: Nepal/Manaslu/Larkya North, K2-Trekking/Pastore Peak, Peru/Tocllaraju, Ecuador/Chimborazo, Bolivien/3x6000.

bis

Sehr schwierige Gipfelbesteigungen mit z. T. extremen Eis- und Felsrouten; Sieben- und Achttausender-Expeditionen (Höhenbelastung).



Expeditionen - perfektes alpinistisches Allroundkönnen, Selbständigkeit am Berg. Wegen der Höhe fallen auch technisch „leichte“ 7000er in diese Kategorie.

Beispiele: Peru/Alpamayo und Huascarán, Nepal/Ama Dablam, Tibet/Gurla Mandata, Kirgisien/Pik Lenin, Alaska/Denali.

Bei den weltweiten Skireisen gelten für die Abfahrten eigene „Spielregeln“. Wir unterteilen unsere Reisen bzw. Expeditionen mit Ski in folgende zwei Kategorien:

Skiauffahrten im leichten bis mittelsteilen Gelände:

Skitourenenerfahrung und Praxis im freien Gelände genügen für Elbrus, Kasbek, Montenegro, Rumänien, Norwegen, Island, Ararat, Damawand, Marokko ohne Steilrinnen, Chile.

Skiunternehmen im Steilgelände und Ski-Expeditionen:

Große Skitourenroutine erforderlich; anspruchsvolle Abfahrten auch über steile Passagen und (bei den Expeditionen) mit schwerem Gepäck. Bei Ski-Expeditionen dienen die Ski eher als schnelles Fortbewegungsmittel als für den Abfahrtsgenuss.

Marokko mit Steilabfahrten; Ski-Expeditionen (Mustagh Ata, Mt. McKinley, Bolivien).