



Lang Tang 2019

Typ:	Strecke	Gehzeit:	69:12 Stunden
Etappen:	14	Aufstieg:	10131 Hm
Länge:	133.41 km	Abstieg:	8419 Hm
Zeitraum:	25.03.2019 - 07.04.2019		

Etappe 1 25.03.2019 Montag

Syabru Bensi - Lamahotel

Wandern - 1280 Hm Aufstieg - 243 Hm Abstieg - **06:10** Stunden Gehzeit - 10.86 km Strecke

Syabru Bensi 1457m - Lama Hotel 2440m



Etappe 2 26.03.2019 Dienstag

Lamahotel - Ghoda Tabela

Hochalpin - 659 Hm Aufstieg - 134 Hm Abstieg - **03:10** Stunden Gehzeit - 5.12 km Strecke

Lama Hotel 2440m - Ghoda Tabela 3020m



Etappe 3 27.03.2019 Mittwoch

Ghoda Tabela - Mundu

Hochalpin - 641 Hm Aufstieg - 124 Hm Abstieg - **03:25** Stunden Gehzeit - 7.44 km Strecke

Ghoda Tabela 3020m - Mundu 3537m

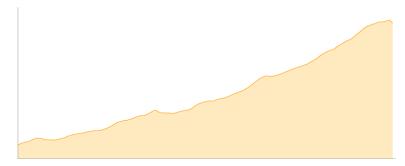


Etappe 4 28.03.2019 Donnerstag

Mundu - Kyangjin Gompa

Hochalpin - 345 Hm Aufstieg - 26 Hm Abstieg - **01:55** Stunden Gehzeit - 5.04 km Strecke

Mundu 3537m - Kyangjin Gompa 3857m

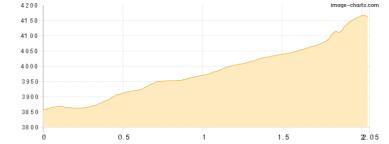


Etappe 5 28.03.2019 Donnerstag

Kyangjin Gompa zum Gletscher

Hochalpin - 323 Hm Aufstieg - 19 Hm Abstieg - **01:20** Stunden Gehzeit - 2.05 km Strecke

Kyangjin Gompa 3857m

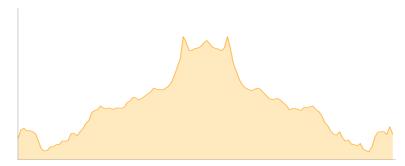


Etappe 6 29.03.2019 Freitag

Kyangjin Gompa - Kyangjin Gompa

Hochalpin - 604 Hm Aufstieg - 604 Hm Abstieg - **07:35** Stunden Gehzeit - 23.74 km Strecke

Kyangjin Gompa 3857m - Kyangjin Gompa 3857m





Lang Tang 2019

Etappe 7 30.03.2019 Samstag

Kyangjin Gompa - Kyangin Ri

Hochalpin - 703 Hm Aufstieg - 0 Hm Abstieg - **02:35** Stunden Gehzeit - 1.99 km Strecke

Kyangjin Gompa 3857m - Kyangin Ri 4650m



Etappe 8 30.03.2019 Samstag

Kyangjin Gompa - Tsergo Ri

Hochalpin - 1172 Hm Aufstieg - 1172 Hm Abstieg - **07:40** Stunden Gehzeit - 11.2 km Strecke

Kyangjin Gompa 3857m - Tsergo Ri 4985m - Kyangjin Gompa 3857m



Etappe 9 31.03.2019 Sonntag

Kyangjin Gompa - Lamahotel

Hochalpin - 197 Hm Aufstieg - 1559 Hm Abstieg - **06:10** Stunden Gehzeit - 17.28 km Strecke

Kyangjin Gompa 3857m - Gumnachowk 2790m - Lama Hotel 2440m



Etappe 10 01.04.2019 Montag

Gumnachowk - Thulo Syabru

Wandern - 738 Hm Aufstieg - 1314 Hm Abstieg - **06:35** Stunden Gehzeit - 11.86 km Strecke

Gumnachowk 2790m - Thulo Syabru 2213m

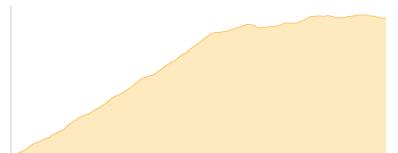


Etappe 11 02.04.2019 Dienstag

Thulo Syabru - Sing Gompa

Hochalpin - 1175 Hm Aufstieg - 89 Hm Abstieg - **04:50** Stunden Gehzeit - 5.59 km Strecke

Thulo Syabru 2213m - Sing Gompa 3300m



Etappe 12 03.04.2019 Mittwoch

Sing Gompa - Gosainkund

Hochalpin - 1214 Hm Aufstieg - 100 Hm Abstieg - **05:20** Stunden Gehzeit - 8.42 km Strecke

Sing Gompa 3300m - Gosainkund 4430m



Etappe 13 06.04.2019 Samstag

Gosainkund - Gopte

Hochalpin - 498 Hm Aufstieg - 1509 Hm Abstieg - **05:55** Stunden Gehzeit - 9.88 km Strecke

Gosainkund 4430m - Gopte 3402m





Lang Tang 2019

Etappe 14 07.04.2019 Sonntag

Gopte - Kutumsang

Hochalpin - 582 Hm Aufstieg - 1526 Hm Abstieg - **06:35** Stunden Gehzeit - 12.94 km Strecke

Gopte 3402m - Kutumsang 2458m





Lang Tang 2019

Mögliche Unterkünfte