

WANDERN

TREK PAMIR: LENIN- BASISLAGER UND YUKHINA PEAK (5130 M)

9-tägiges Höhen-Trekking in Kirgisistan zum Lenin-Basislager und zum Gipfel des Yukhina (5.130 m).



KIRGISISTAN



9-tägiges Trekking in den Pamir-Alay-Bergen im Süden Kirgisistans, mit Übernachtungen in lokalen Häusern, Jurten und Hochgebirgslagern. Du erreichst das Basislager des Lenin-Gipfels (4.400 m) und den Gipfel des Yuhina Peak (5.130 m), wobei du Hochgebirgspässe, Alpenseen und den direkten Kontakt mit der nomadischen kirgisischen Kultur kombinierst.

View program on the web

<https://b4experience.com/trip/trekking-kyrgyzstan/>

RECOMMENDED MONTHS

JULY, AUGUST, SEPTEMBER



PRICES

From 1.090€ /person

Group discounts





Highlights

- AUFSTIEG ZUM YUKHINA PEAK (5.130 M)
- NACHT IM LENIN-BASISLAGER AUF 4.400 M
- PÄSSE SARY MOGUL UND TRAVELLER'S PASS MIT MONDARTIGEN LANDSCHAFTEN
- GEMEINSCHAFT IN JURTEN UND LOKALEN HÄUSERN IN KIRGISISCHEN DÖRFERN

Private group

100% customizable

From (People)	Category	Availability	Days	Price per pers.
4	Standard	01.07.2026 16:00:00 - 06.09.2026 17:00:00	10	1.090€
3	Standard	01.07.2026 16:00:00 - 06.09.2026 17:00:00	10	1.150€
2	Standard	01.07.2026 16:00:00 - 06.09.2026 17:00:00	10	1.350€

Travel with your family or group of friends.

*Confirm availability at info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

Open group

Share the experience with other travelers

Dates	Nº days	Avail. spots	Price per pers.
14 Aug. 2026	10	T:6 O:0 6	1.150€

*Check availability at info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

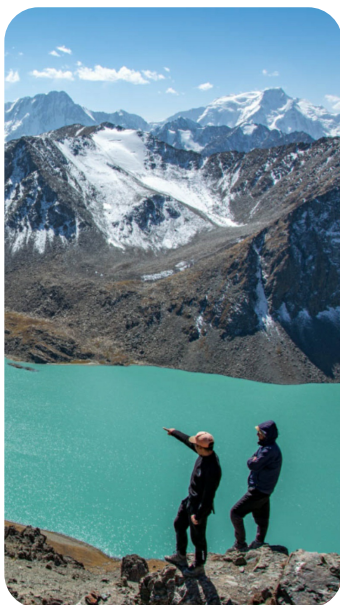


Includes

- Privater Transfer vom und zum Flughafen
- Unterkunft gemäß Reiseplan.
- Privates 4x4 Fahrzeug für die gesamte Route
- Alle Mahlzeiten gemäß Reiseplan.
- Lokaler Guide während der gesamten Route (englischsprachig).
- Lastpferde und Gepäckträger für das Gepäck (nur die ersten 5 Tage).
- Grenzgebietsgenehmigungen bei Bedarf.
- Technische Beratung und Ausrüstung.

Not included

- Hin- und Rückflug nach Kirgisistan (kann über uns organisiert werden).
- Alkoholische Getränke.
- Eintrittsgelder für alle historischen Gebäude.
- Schlafsack und Isomatte (können gemietet werden).
- Alle persönlichen Ausgaben.
- Trinkgelder (optional).
- Reise/Stornoversicherung: optional, aber empfehlenswert (kann über uns organisiert werden).
- Alles, was nicht unter „INKLUSIVE“ aufgeführt ist.



Itinerary

TAG 1: ANKUNFT IN OSH

Ankunft in Osh und Transfer zum Hotel. Freizeit am Nachmittag, um die Stadt in eigenem Tempo zu erkunden, bevor die Bergroute startet.

Unterkunft: 3*-Hotel

Mahlzeiten: keine

TAG 2: OSH – DORF KOJOKELLEN

Abfahrt aus Osh in Richtung Dorf Kojokelen (2.200 m), mit Blick auf die Ausläufer des Pamir-Alay. Nach etwa 3,5-stündiger Fahrt erreicht man dieses ruhige ländliche Dorf. Wanderung zum nahegelegenen Canyon vor dem Abendessen mit Hausmannskost und Übernachtung in einer Familienpension.

Unterkunft: Gästehaus

Mahlzeiten (Gästehaus): Frühstück + Mittagessen + Abendessen (hausgemacht).

TAG 3: KOJOKELLEN – SARY BELL PASS – KOSHMOINOK-TAL

Beginn des Trekkings mit Überquerung einer kleinen Holzbrücke und Aufstieg über ca. 5 Stunden mit Blick auf die rote Felsenschlucht „Three Dragons Gorge“. Vom Sattel aus sieht man die Gipfel des Kichik Alay und die alpinen Landschaften des Pamir. Abstieg durch Wacholderwälder ins Kosh-Moinok-Tal (2.800 m). Hausgemachtes Abendessen und Übernachtung in einem Jurtenlager.

Unterkunft: Gemeinschaftliches Jurtenlager

Mahlzeiten: Frühstück + Mittagessen + Abendessen

TAG 4: KOSHMOINOK-TAL – KOSHMOINOK-PASS – BESHKOL-LAGER

Anstrengender Tag, überwiegend Aufstieg. Nach einem nahrhaften Frühstück werden ca. 400 m bis zum Koshmoinok-Pass (3.210 m) überwunden. Der Weg führt bergab durch Wälder und weiter ins Tal bis zum Dorf Kyzyl Shoro, wo in einem lokalen Haus zu Mittag gegessen wird, mit Dusche und Auflademöglichkeit für Akkus. Anschließend fast ebener Abschnitt und danach ein langer 9 km Anstieg mit mehreren Flussquerungen bis zum Jurtenlager in Beshkol (3.600 m).

Unterkunft: Gemeinschaftliches Jurtenlager

Mahlzeiten: Frühstück + Mittagessen + Abendessen

TAG 5: BESHKOL – SARY MOGOL PASS (4.303 M) – ZHANYRYK-LAGER

Hochgebirgstag. Folge dem Bach bis zur Basis des Sary Mogol Passes und steige dann eine Schuttflanke bis auf 4.303 m hinauf, mit Blick auf vergletscherte Gipfel und alpine Seen. Der Abstieg erfolgt über schmale Schuttabschnitte in ein Tal, wo am Fluss Mittag gegessen wird. Weiter entlang eines kleinen Bachs bis zum Jurtenlager Zhanyryk (3.300 m).

Unterkunft: Gemeinschaftliches Jurtenlager

Mahlzeiten: Frühstück + Mittagessen + Abendessen

TAG 6: ZHANYRYK – DORF SARY MOGOL – TULPAR KOL SEE

Leichtes Trekking von ca. 3 Stunden auf einem Pfad am Fluss entlang bis zum Dorf Sary Mogol, Beobachtung des nomadischen Lebens und der Jurten der Hirten. Mittagessen und warme Dusche in einem lokalen Haus (Homestay) mit WLAN-Zugang. Am Nachmittag Transfer mit Fahrzeug zur Gegend um Tulpar Kol, einer Seenengruppe an den Füßen des Lenin-Gipfels, ideal zum Spazierengehen und Fotografieren. Übernachtung in Jurten nahe dem Lenin-Basislager.

Unterkunft: Gemeinschaftliches Jurtenlager

Mahlzeiten: Frühstück + Mittagessen + Abendessen

TAG 7: TULPAR KOL – TRAVELLER'S PASS – LAGER EINS (4.400 M)

Die härteste Etappe der Runde. Früher Start nach Süden von Tulpar Kol zum Lager 1 auf 4.400 m am Fuß des Lenin-Gipfels. Mehrere Bergsteigerlager werden passiert, und der Traveller's Pass wird über eine steile Serpentinflanke mit spektakulärem Blick auf den Pamir erklommen. Nach dem Abstieg zum Mittagessen folgt ein weiterer steiler Anstieg zum Lager, mit einem letzten sehr steilen und windexponierten Abschnitt.

Unterkunft: Doppel-Hochgebirgshütten

Mahlzeiten: Frühstück + Mittagessen + Abendessen

TAG 8: AUFSTIEG ZUM YUHINA PEAK (5.130 M) – LAGER EINS

Schlüsselaufstieg der Reise. Nach dem Frühstück startet der Aufstieg zum nahegelegenen Yuhina-Gipfel (5.130 m). Die Steigung ist steil und die Höhe macht sich bemerkbar, daher verläuft der Aufstieg langsam über ca. 4 Stunden bis zum Gipfel, umgeben von großen Gletschern und den Wänden des Lenin-Gipfels. Mittagessen auf dem Gipfel und ca. 2-stündiger Abstieg zurück zum Lager 1 für Abendessen und Erholung in der Hütte.

Unterkunft: Doppel-Hochgebirgshütten

Mahlzeiten: Frühstück + Mittagessen + Abendessen

TAG 9: LAGER EINS – TULPAR KOL – OSH

Letzter Trekkingtag. Nach dem Frühstück werden nochmals ca. 15 km vom Lager 1 zu den Jurten von Tulpar Kol zurückgelegt, mit stetigem Blick ins Gletschertal. Mittagessen im Lager am See und Treffen mit dem Fahrzeug zur Rückfahrt nach Osh.

Unterkunft: 3*-Hotel

Mahlzeiten (Hotel): Frühstück + Mittagessen

TAG 10: RÜCKKEHR

Transfer zum Flughafen für den Rückflug und Ende der Reise.

Zahlungs- und Stornierungsbedingungen

Anzahlung: Um Ihren Platz zu sichern, ist eine Anzahlung von 30 % des Gesamtbetrags direkt bei Buchung erforderlich.

Restzahlung: Der verbleibende Betrag von 70 % ist spätestens 60 Tage vor Abreise zu zahlen.

Zusatzkosten: Zusätzliche Reisekosten wie Versicherungen, Flüge oder andere optionale Leistungen sind vollständig bei der Buchung zu bezahlen.

Stornoversicherung: Der Kunde kann eine Reiserücktrittsversicherung abschließen, um die vollständige Rückzahlung der geleisteten Zahlungen zu erhalten (nach deren Bedingungen).

Der Endkunde kann die gebuchte Reise stornieren und hat Anspruch auf Rückerstattung der geleisteten Zahlungen, abzüglich der angegebenen Stornogebühren. Außerdem müssen an die Agentur die nachfolgend aufgeführten Beträge nach Bestätigung der Reise gezahlt werden. Falls die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, kann der Kunde den Gutschriftbetrag für zukünftige Reisen aufbewahren oder die vollständige Rückerstattung der Anzahlung verlangen.

Stornierungsbedingungen 3:

VOLLE RÜCKERSTATTUNG BIS 24 STUNDEN NACH KAUF

- Bis 60 Tage vor Reisebeginn: 100 % Rückerstattung des Reisepreises.
- Bis 45 Tage vor Reisebeginn: 50 % Rückerstattung des Reisepreises.
- Bei kürzeren Fristen als oben angegeben keine Rückerstattung der bereits geleisteten Zahlungen.

*Es fallen Verwaltungskosten in Höhe von 250 € an.

*Für bereits ausgestellte Buchungen fallen keine Stornokosten an. Existieren nicht erstattungsfähige Kosten für bereits ausgestellte Buchungen, werden diese ebenfalls nicht erstattet und von der Rückzahlung abgezogen.

*Die Stornokosten für ausgestellte Flüge betragen 100 % des Betrags.

Off Trail S.L. tritt bei dieser kombinierten Reise als Einzelhändler/Veranstalter auf. Bei offenen Gruppenreisen ist die Durchführung der Reise an eine Mindestteilnehmerzahl von 4 Personen gebunden. Wenn diese erreicht wird, wird der Teilnehmer über das Kundenportal informiert, um die Abreise zu bestätigen. Falls die Mindestzahl nicht erreicht wird, kann der Veranstalter die Reise stornieren und den Teilnehmer bis spätestens 20 Kalendertage vor Abreise darüber informieren. Bei Privat- oder maßgeschneiderten Reisen gilt die Buchung ab Akzeptanz als bestätigt, da die Reise speziell für die im Vertrag angegebene Personenzahl konzipiert und der Preis entsprechend angepasst ist. Bei Stornierung mangels Mindestteilnehmerzahl hat der Reisende Anspruch auf vollständige Rückerstattung ohne zusätzliche Entschädigung.

Ausrüstungsliste

FUNKTIONSBEKLEIDUNG:

- Softshell-Jacke (winddicht, wasserabweisend, leicht) für normale Aktivitäten oder Hardshell (wasserdichtes Gore-Tex) nur bei sehr schlechtem Wetter.
- Leichte wasserdichte Hosen
- Warme Jacke: Daunenjacke oder besser Primaloft (da wasserresistent)
- Leichtes Fleece
- Thermohosen und Schlafshirt für die Unterkunft
- Kurze Hosen und Funktionsshirts (schnelltrocknend)
- Badebekleidung
- Unterwäsche (Baumwolle wird nicht empfohlen)

KOPF:

- Leichte Laufmütze
- Wollmütze
- Halsschutz
- Sonnenbrille

HÄNDE:

- Dünne Fleecep Handschuhe
- Trekkingstöcke

FÜSSE:

- Socken (empfohlen nicht aus Baumwolle)
- Trailrunning-Schuhe oder Trekkingstiefel
- Trekking-Sandalen mit Fersenriemen (optional)

RÜCKSÄCKE:

- Bequemer Rucksack
- Regenschutz für Rucksack
- Leinentasche

LAGERAUSRÜSTUNG:

- Schlafsack oder Schlafsackhülle
- Ohrstöpsel

ZUBEHÖR:

- Stirnlampe und Ersatzbatterien
- Sonnencreme, Lippenbalsam und After-Sun

ESSEN/GETRÄNKE:

- Mindestens 1l Hydrationsystem (Camelbag, Trinkflasche oder flexible Flasche)
- Thermoskanne (optional)

- Snacks, Nüsse, Gele, Getränke und ausreichend Energieriegel, Proteinriegel, Nussmischungen, Magnesiumtabletten und Erholungssupplements

REISEAUSRÜSTUNG:

- Lässige Kleidung
- Reisepass, Visum, Bargeld, Versicherungsunterlagen, Impfpass
- Mikrofaserhandtuch
- Erste-Hilfe-Set und Medikamente
- Rettungsdecke
- Mobiltelefon und Uhr mit Tracking der Route
- Powerbank, Kamera, Ladekabel, Kopfhörer, Selfie-Stick...

FAQs

Wie lange dauert das Trekking und wie ist es strukturiert?

Das Programm dauert 10 Tage und 9 Nächte. Es werden ca. 100 km in den Pamir-Alay-Bergen zurückgelegt, beginnend und endend in Osh. Die Route kombiniert ländliche Dörfer, alpine Täler, Hochgebirgspässe, das Lenin-Basislager (4.400 m) und den Aufstieg zum Yuhina Peak (5.130 m).

Welches körperliche und technische Niveau wird für die Teilnahme benötigt?

Die Route gilt als schwer aufgrund der Höhe des Lenin-Basislagers und des Yuhina Peak. Sie ist keine technische Route, erfordert aber sehr gute Kondition, um mehrere lange Trekkingtage und starke Steigungen in großer Höhe zu meistern. Es ist wichtig, an Bergwandern und Übernachtungen über 3.000-4.000 m gewöhnt zu sein.

Brauche ich vorher Erfahrung im Hochgebirge?

Keine Klettererfahrung ist erforderlich, aber die Route führt über Pässe über 4.300 m und zu einem Gipfel von 5.130 m. Dies bedeutet Wandern mit weniger Sauerstoff und möglichen Höhenkrankheitssymptomen. Es wird empfohlen, mehrtägige Trekkingtouren und etwas Erfahrung über 3.000 m zuvor gemacht zu haben, um die Reise sicher und komfortabel zu genießen.

Ist das eine technische Tour? Brauche ich Steigeisen oder Eispickel?

Das Programm enthält keine Eis-Kletterstrecken und erfordert keine spezielle technische Ausrüstung wie Steigeisen oder Eispickel. Es handelt sich um ein Hochgebirgstrekking auf Pfaden und Moränen mit steilen Abschnitten und losem Gelände, daher ist das einzige angegebene Material robuste Trekkingstiefel, geeignet für dieses Gelände.

Welche Unterkunftsarten werden während der Reise genutzt?

Während der Trekkingtour wird eine Nacht in einem familiären Gästehaus in Kojokelen, vier Nächte in Jurtenlagern in verschiedenen Tälern und Seen und zwei Nächte in Doppelzelten im Hochlager Camp One verbracht. Die Leistungen variieren: einige Unterkünfte bieten Warmduschen und WLAN, andere haben keinen Strom oder innenliegende Bäder. In Osh ist es ein 3*-Hotel.

Welches Verpflegungsprogramm ist enthalten?

Während des Trekkings sind drei Mahlzeiten täglich inbegriffen: Frühstück, Mittagessen und Abendessen. In Dörfern und Jurten werden lokale hausgemachte Speisen serviert; an Trekkingtagen gibt es Lunchpakete oder Mahlzeiten in Gästehäusern. Am letzten Tag sind Frühstück und Mittagessen vor Rückkehr nach Osh enthalten. Außerhalb des Programms sind Mahlzeiten in Osh nicht im Preis enthalten.

Welches persönliche Equipment ist unerlässlich?

Technische Ausrüstung wie Steigeisen oder Eispickel wird nicht benötigt, aber robuste Trekkingstiefel, geeignet für felsiges und hochalpines Gelände, sind erforderlich. Schlafsäcke sind nicht enthalten, daher solltest du deinen eigenen mitbringen oder für einen täglichen Aufpreis mieten.

Kann ich Gepäck, das ich während des Treks nicht benutze, lagern?

Ja, es ist möglich, zusätzliches Gepäck vor Beginn der Route in der Stadt zu lagern, um während der Wanderabschnitte leicht zu reisen.

Ist eine Rettungsversicherung obligatorisch?

Die Reise-/Gesundheitsversicherung ist nicht enthalten und wird dringend empfohlen. Für eine Bergaktivität über 5.000 m empfehlen wir eine Police, die Evakuierung und medizinische Kosten abdeckt. Bitte erkundige dich bei deinem Versicherer über die Bedingungen.

Wie erreiche ich den Startpunkt und wo endet die Reise?

Die Reise beginnt und endet in Osh. Bitte organisiere deine Flugankunft/-abreise entsprechend diesen Städten. Wenn du zusätzliche Transfers benötigst, kontaktiere uns.

Welche Temperaturen sind zu erwarten?

Im Sommer tagsüber 20–25 °C und nachts auf Höhe 10–15 °C; bei Regen wird es kühler und an hohen Pässen kann es kalt und windig sein. Nimm Schichten und wasserdichte Kleidung mit.

Wie sind Duschen und Toiletten?

In Jurten und Gästehäusern gibt es meist begrenzte Zeiten für Warmduschen; Toiletten sind oft draußen. In Zelten keine Duschen; in Altyn Arashan gibt es Thermalbäder.

Wann ist die beste Jahreszeit für dieses Trekking?

Das Programm ist von Juli bis Anfang September verfügbar. Zu dieser Zeit sind die Bergbedingungen stabiler und hohe Pässe wie Sary Mogol und Traveller's Pass meist zugänglich.

Wie viel Gepäck darf ich tragen?

Bei Abschnitten mit Unterstützung durch Pferde rechnen wir mit etwa 15 kg pro Person. Der Rest wird im Tagesrucksack getragen (Wasser, leichte Kleidung, Kamera, Snacks).

Können Stöcke oder Schlafsäcke gemietet werden?

Ja, wir können auf Anfrage und gegen Aufpreis Stöcke und Schlafsäcke bereitstellen, abhängig von Verfügbarkeit.

Gibt es Mobilfunk- oder WLAN-Empfang?

Gute Verbindung in Städten; auf der Route ist das Signal unregelmäßig. In einigen Jurten gibt es Solarpanels zum Aufladen von Handys (begrenzte Nutzung). In den Bergen kein Empfang.

Werden vegetarische oder vegane Diäten akzeptiert?

Ja. Informiere uns im Voraus und wir passen Menüs in Jurten, Gästehäusern und Picknicks an deine Vorlieben oder Allergien an.



Contact

info@b4experience.com

www.b4experience.com

+34 613 03 77 00

[View program on the web](#)

