info@intakt-reisen.de
www.intakt-reisen.de
+49 (0)30 20616488-0

Iran: Vulkan-Besteigung Damavand

Bergtour mit Touchal-Besteigung und Kulturprogramm Teheran

Das *Elburs-Gebirge* im Süden des Kaspischen Meeres mit dem höchsten Berg Persiens ist die Heimat und Spielwiese der iranischen Alpinisten. Der *Damavand* (persisch für „Dampfender Berg“ oder „Berg der Winde“) stellt für ambitionierte Bergwanderer keine überdurchschnittlichen Anforderungen an die Bergerfahrung. Im Vergleich zum knapp 500 Meter niedrigeren Ararat in der Türkei, ist die Besteigung einfacher! So ist der Gipfeltag einzig eine Fleißaufgabe, welche gern auch viele Iraner bestehen wollen und auf ihrem „Höchsten“ stehen möchten! Einzig gute Höhenanpassung und Ausdauer sind der Schlüssel, um den Gipfel zu erreichen.
Erleben Sie auf dieser Reise nicht nur die klimatischen Kontraste zwischen der brütenden Sommerhitze in *Teheran* und den sommerlich warmen, überwiegend trockenen, wüstenhaften Gebirgszügen des *Elburs-Gebirges*, sondern tauchen Sie nach der Gipfelbesteigung in das quirlige Leben der Metropole *Teheran* ein und genießen Sie das Besichtigungsprogramm.
Neu! Besteigung über die wenig frequentierte *Nordostroute*: Wir haben die Seiten am Berg gewechselt und agieren jetzt an der Nordostflanke des Berges. Das lokale Team hat in der Saison zwei Lager installiert, über die Sie ohne großen Trubel zum Kraterrand aufsteigen werden.

Diese Reise wird zur Zeit nicht angeboten!

Die Höhepunkte dieser Reise

- Liebevoll eingerichtete Lager an der **Nordostroute**
- Aufstieg über einen aussichtsreichen Gipfelgrat
- Dampfende Fumarolen am **Gipfel des Damavand**
- Aufstieg über eine weniger frequentierte Route
- **Akklimatisation**: Lashgarak (4.320 m) und Alam Kuh (4.850 m)

Reiseverlauf Iran (10 Tage)

1. Tag: Anreise

Flug nach Teheran.

2. Tag: Ins Elburs-Gebirge nach Vandarbon

Frühstück Mittagessen Abendessen

Ankunft in der Nacht oder frühmorgens. Nach den Einreiseformalitäten Abholung und Transfer zum Hotel, wo Sie sofort ein Zimmer beziehen können. Am Vormittag verlassen sie die Metropole *Teheran* und fahren hinein in das *Elburs-Gebirge*. Ihr Ziel ist der Berghütten-Komplex *Vandarbon* (2.200 m). Die humidere Nordseite des Gebirges lässt dichten Hochgebirgswald (auch Hyrkanischer Wald) gedeihen. Übernachtung in einer Berghütte.
(Fahrzeit ca. 3-4 h, 155 km sowie ca. 1 h, 12 km auf Piste)

3. Tag: Camp Hesarchal und Lashgarak (4.320 m)

Frühstück Mittagessen Abendessen

Weitere 13 km (ca. 1 h) Transferfahrt sind es auf unbefestigten Wegen nach *Tang-e Gelu* (3.300 m). Jetzt beginnt der Aufstieg zum *Camp Hesarchal* (3.700 m). Kleine Flüsschen, die vom Schmelzwasser gespeist sind begleiten Sie. Unterwegs begegnen Sie Schafherden und Ziegen, die auf dem saftigen Grün grasen. Das Camp liegt idyllisch umgeben von 4.000ern der Umgebung. Nachdem Sie sich im Lager eingerichtet und verpflegt haben, machen Sie einen Akklimatisationsausflug zum Gipfel des *Lashgarak* (4.320 m), den Sie ohne Probleme und technischen Aufwand erreichen. Übernachtung im Zelt.
(Gehzeit ca. 4-5 h, 400 m zum Lager; Gehzeit ca. 4-5 h, 520 m)

4. Tag: Alam Kuh (4.850 m)

Frühstück Lunchpaket Abendessen

Eine weitere Akklimatisationstour steht auf dem Programm. Der *Alam Kuh* liegt nördlich des Camps und veranschlagt ungefähr 5-6 Stunden Aufstiegszeit. Es geht über Schneefelder und kleine Pfade im felsigen Gelände hinauf zum Gipfel, der eine fantastische Aussicht bis hin zum, Kaspischen Meer verspricht. Das ist schon einmal ein kleiner Höhepunkt Ihrer Bergfahrt in Persien. Nach dem Abstieg ruhen Sie sich bei Getränken und Snacks im Lager aus. Übernachtung wie am Vortag.
(Gehzeit ca. 9 h, 1.150 m)

5. Tag: Abstieg und Fahrt ins Damavand-Basislager Jochar (2.800 m)

Frühstück Mittagessen Abendessen

Der Rückmarsch nach *Tang-e Gelu* beginnt zeitig. Das Geländefahrzeug, welches Sie nach Vandarbon zurückbringt erwartet Sie bereits. Von Vandarbon fahren Sie gen *Damavand*. Unterwegs werden letzte Einkäufe für die Gipfeltour erledigt, bevor es weiter in das Bergdorf *Nandal* geht. Hier am Fuß des *Damavand* an der Nord-Ost-Flanke beginnt das eigentlich Bergabenteuer. Nicht benötigte Ausrüstung kann hier zwischengelagert werden, bevor es mit Allradfahrzeugen weiter ins Basislager *Jochar* (2.800 m) geht. Mit einem Willkommens-Drink und Snacks werden Sie vom Basecamp-Team herzlich begrüßt. Übernachtung im Zelt.
(Abstieg 2-3 h; Fahrzeit ca. 6-7 h, 235 km / ca. 40 min., 4 km per Geländefahrzeug)

6. Tag: Verlegung ins Hochlager (4.300 m)

Frühstück Lunchpaket Abendessen

Sie rücken vor ins Hochlager. Vom Basislager können Sie die Route einsehen und auch schon in etwa den Platz des Hochlagers ausmachen. Die Ausrüstung wird durch Mulis transportiert. Der Aufstieg wird in aller Ruhe und ohne Hast durchgeführt. Das sogenannte *High Camp* ist toll gelegen – wie auf einem Aussichtsbalkon haben Sie einen perfekten

Rundumblick. Nach einem Willkommens-Drink und Snack ist noch genügend Zeit zum Ausruhen. Optional empfiehlt sich der Aufstieg in höhere Regionen zur besseren Akklimatisation. Übernachtung im Zelt.
(Gehzeit ca. 6 h, 1.700 m)

7. Tag: Akklimatisierungstour

Frühstück Mittagessen Abendessen

Der heutige Tag dient der besseren Akklimatisierung und erhöht Ihre Gipfelchancen!
Sinnvoll ist es den Körper mit einem Aufstieg an größere Höhen zu gewöhnen. Sie entscheiden nach persönlichem Befinden. Entlang der späteren Aufstiegsroute geht es hinauf auf 4.800 m. Zurück im Camp steht Ausruhen für den morgigen Tag auf dem Programm. Nach dem Abendessen geht es zeitig in den Schlafsack. Dieser Tag dient auch als flexibler Reservetag bei Schlechtwetter. Übernachtung wie am Vortag.
(Gehzeit ca. 4-5 h, 500 m)

8. Tag: Zum Gipfel des Damavand (5.610 m)

Frühstück Mittagessen Abendessen

Der Gipfelgang erfordert gute Kondition und Zielstrebigkeit. Gefühlt können sich die knapp 1.300 Höhenmeter recht in die Länge ziehen – technisch unkompliziert führt der Pfad über feines Geröll und Schutt. Der breite Gipfelgrat auf der Nord-Ost-Route ist aussichts- und abwechslungsreich. Bereits in Gipfelnähe ist ein Schneefeld zu überqueren, wo noch einmal Trittsicherheit und Konzentration gefragt sind (25-30°). Mit Grödeln und dem Einsatz von Stöcken stellt es jedoch kein Problem dar. Der Vulkan selbst ruht seit langem, jedoch steigt aus zahlreichen Fumarolen auf den letzten Metern zum Gipfel Schwefeldampf auf. Eine Umrundung des Kraters, welchen Büßer-Eis bedeckt, ist bei rechtzeitigem Erreichen des Gipfels ebenfalls möglich. Abstieg zurück ins Hochlager. Übernachtung im Zelt.
(Gehzeit ca. 12 h, 1.270 m)

9. Tag: Abstieg – Rückkehr nach Teheran

Frühstück Mittagessen Abendessen

Am Vormittag steigen Sie ab zum Basislager *Jochar*. Nach einem kurzen Zwischenstopp zum Umladen des Gepäcks fahren Sie zurück nach *Teheran* ins Hotel. Der Kontrast zwischen der ruhigen Bergwelt und der quirligen Millionenstadt könnte nicht größer sein. Am Abend erwartet Sie ein gemeinsames Abschiedsessen mit dem Team in einem traditionellen Restaurant. Übernachtung im Hotel.
(Gehzeit ca. 4 h, 1.650 m ; Fahrzeit ca. 4-5 h, 150 km)

10. Tag: Wieder daheim

Transfer zum Flughafen und Heimreise.

Termine & Preise

27.06.25 – 06.07.25	2.790,- €	11.07.25 – 20.07.25	2.790,- €
15.08.25 – 24.08.25	2.790,- €	29.08.25 – 07.09.25	2.790,- €

Enthaltene Leistungen

- Linienflug ab/an Frankfurt nach Teheran und zurück mit Turkish Airlines in der Economy Class (nach Verfügbarkeit; Flugzuschlag möglich)
- Englisch sprechende, lokale Reiseleitung
- Zusätzlich Englisch sprechende, lokale Bergführer für die Gipfelaufstiege
- Lokale Bergführer und Vorortteam (Köche, Helfer etc.)
- Alle Fahrten in privaten Fahrzeugen
- Zelte und einfache Isomatten
- Kochzelt und Kochutensilien; Toilettenzelt
- Gepäcktransport mit Lastentieren für max. 15 kg Gepäck/Person bis zum Hochlager und zurück
- Alle Eintritte und Gebühren laut Programm
- 6 Zelt-Übernachtungen; 1 Hütten-Übernachtung im Mehrbettzimmer (Gemeinschaftsbad); 1 Hotel- Übernachtung im DZ
- Mahlzeiten: 8× Frühstück, 6× Mittagessen, 2× Lunchbox, 8× Abendessen

Nicht enthaltene Leistungen

- Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- Unterwegsverpflegung (z. B. Schokolade oder Energieriegel) für die Bergetappen
- Visagebühren (ca. 80 EUR)
- Trinkgelder; Persönliches
- Persönliche Bergsteigerausrüstung
- Optionale Ausflüge und Besichtigungen
- Evtl. Flugkosten-Erhöhung nach dem 01.08.24

Zusätzliche Leistungen…

- Einzelzimmerzuschlag (nur im Hotel möglich): 270 EUR
- Rail & Fly – innerdeutsche Anreise mit der Deutschen Bahn zum Flughafen 2. Klasse: 90 EUR
- Rail & Fly 1. Klasse: 170 EUR
- Vor- bzw. Nachübernachtung in Teheran ab: 80 EUR
- Transfer Flughafen Teheran – Hotel bzw. umgekehrt ab: 70 EUR

Hinweise

- **3 % Frühbucherrabatt bis 6 Monate vor Abreise.**
- Mindestteilnehmerzahl: 6, bei Nichterreichen Absage durch den Veranstalter bis 28 Tage vor Abreise möglich.
- Änderungen von Reiseroute und Fluggesellschaften bleiben vorbehalten.
- Einzelreisende können ein gleichgeschlechtliches halbes Doppelzimmer/Zweibettzimmer buchen. Sofern bei Buchung noch kein/e Zimmerpartner/in gebucht hat, wird zunächst der gesamte Einzelzimmerzuschlag in Rechnung gestellt. Sollte

sich bis ca. 4 Wochen vor Reisebeginn ein/e Doppelzimmerpartner/in finden, wird der Zuschlag selbstverständlich wieder gutgeschrieben.

- Ihr Reisepass darf keinen israelischen Stempel enthalten, ein Stempel der USA ist jedoch kein Problem.
- Schweizer Reisegäste benötigen für ein Iran-Visum zusätzlich eine sogenannte Fingerabdruckkarte (ca. 60 CHF).
- Reisen nach Iran können sich gemäß Gesetzesbeschluss des US-Kongresses vom 18.12.2015 zur Änderung des Visa Waiver Programms auf spätere Einreisen in die USA auswirken.
- Absolute Pflicht ist es, die islamischen Kleidungsvorschriften zu beachten. Für Frauen gilt: In der Öffentlichkeit, d. h. außerhalb des eigenen Hotelzimmers, muss immer ein Kopftuch getragen werden. Arme und Beine müssen bedeckt sein. Am praktischsten ist die Kombination einer leichten Stoffhose und darüber ein längeres Kleidungsstück (Strickjacke, Cardigan, längere Bluse, Tunika), welches zumindest den größten Teil der Oberschenkel (am besten bis zum Knie) bedeckt. Für Männer gilt es, keine kurzen Hosen zu tragen. Kurze Hemden hingegen sind erlaubt, auch in den Moscheen. Bitte denken Sie daran, dass sich die Damen bei der Anreise in den Iran bereits im Flugzeug nach iranischen Vorschriften kleiden müssen.
- Aufgrund der Visumbestimmungen können leider nur Buchungen bis zu zwei Monate vor Abreise entgegengenommen werden!

- Aufgrund der örtlichen Gegebenheiten und/oder Aktivitäten ist diese Reise, wie die meisten in unserem Gesamtangebot, grundsätzlich nicht für Personen mit eingeschränkter Mobilität geeignet. Im Einzelfall sind wir jederzeit bemüht, eine Lösung zu finden. Bitte sprechen Sie uns hierzu an.
- Eine Anzahlung von 20% muss direkt nach der Buchung und Erhalt der Rechnung nebst Sicherungsschein bezahlt werden. Die Restzahlung wird 21 Tage vor Reisebeginn fällig. Bis zu der in der AGB genannten Frist vor Reisebeginn kann der Veranstalter bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl von der Reise zurücktreten.
- Informationen zur Verarbeitung von Kundendaten finden Sie unter https://www.intakt-reisen.de/datenschutz/.
- Durch Ihre Reise erzeugte CO2-Emissionen können Sie durch eine freiwillige Spende an Atmosfair ausgleichen (siehe Buchungsformular). Die Spenden werden in Projekte zur Einsparung von Treibhausgasen investiert. Um die CO2-Emissionen des Fluges an anderer Stelle einzusparen sind z.B. für Flüge nach Tansania ca. 103 EUR und nach Nepal ca. 117 EUR notwendig. Sie erhalten für Ihre Spende eine vom Finanzamt anerkannte Bescheinigung.
- Mit Buchung der Reise kann, je nach Zeitpunkt der Buchung, eine Anzahlung notwendig sein. Die Bedingungen hierzu finden Sie in den Veranstalter-AGB.
- Zu erforderlichen Impfungen fragen Sie bitte Ihren Arzt oder eines der Tropeninstitute.

Anforderungen

- Für diese Bergtour brauchen sie eine gute Kondition. Sie sollten fit sein für bis zu 12-stündige Tagesetappen und über Trittsicherheit in Geröll bis zu 30° Steilheit verfügen. Sie sollten teamfähig sein und auf Komfort verzichten können. Zudem erwarten wir im Ernstfall von Ihnen die Bereitschaft, Ihre persönlichen Ziele zugunsten von hilfsbedürftigen oder gar verletzten Bergsteigern zurückzustellen.
- Bitte beachten Sie, dass bei unseren Bergexpeditionen besondere Bedingungen gelten, die Sie in unserem Merkblatt Bergexpeditionen finden. Als Nachweis der entsprechenden Eignung für die Reise benötigen wir von Ihnen mit Buchung eine mit relevanten Bergtouren ausgefüllte und unterschriebene Tourenliste.
- Das Erreichen der Gipfel kann durch ungünstige klimatische Bedingungen (starker Wind, Niederschläge) und andere widrige Umstände erheblich erschwert werden, jedoch ist das sehr selten. Der verantwortliche Reiseleiter/Bergführer ist in dem Fall berechtigt, die weitere Besteigung zum Schutz von Gesundheit und Leben aller Beteiligten abzubrechen. Etwaige Regressansprüche bestehen in solch einem Fall nicht.

www.intakt-reisen.de/asien/iran/aktivreise-iran/

Änderungen und Irrtümer vorbehalten

Intakt-Reisen GmbH & Co. KG
Bartningallee 27, 10557 Berlin