

Kapverden

15 Tage Wanderrundreise auf 5 Kapverdischen Inseln

Vom Tourismus noch weitgehend unberührt liegen vor der westafrikanischen Küste die Kapverdischen Inseln. Sie sind vulkanischen Ursprungs und bezaubern den Reisenden durch ihre Ursprünglichkeit und landschaftliche Vielfalt. Santo Antão ist die gebirgigste und wildeste Insel Cabo Verdes. Bizarre Schluchten und atemberaubende Steilküsten wechseln sich ab mit fruchtbaren tropischen Tälern und kühlen Waldregionen. Über uralte Pfade, die von den Einheimischen immer noch als Verbindungswege benutzt werden, wandern wir durch die grandiosesten Landschaften. Abgelegene, malerische Orte sind die Ziele unserer Tagesetappen. Wir wohnen in stilvollen, familiären Unterkünften in den kleinen Fischerdörfern Ponta do Sol und Porto Novo. Auf São Vicente erkunden wir die kulturelle Inselmetropole Mindelo, lernen die kapverdische Musik kennen und genießen die Ruhe in unserem 4 Sternehotel am Traumstrand von São Pedro. Santiago ist die afrikanischste Insel der Kapverden. Hier kosten wir exotische Früchte auf dem bunten Markt der Hauptstadt Praia und wandern durch ein Oasental zur alten Sklavenstadt Ribeira Grande. Bizarre Vulkanlandschaften und üppig grüne Täler erwarten den Reisenden auf Fogo. Am Fuße des Vulkans wohnen wir in einem zauberhaften Bergdorf bei einer einheimischen Familie. Schöne Strände mit feinem Sand und glasklarem Wasser bieten uns auf allen Inseln die Möglichkeit zum erfrischenden Bad. Auf Sal aber sind sie paradiesisch. Santa Maria mit seinem türkisfarbenen Meer und perlweißen Sand an kilometerlangen einsamen Stränden ist der richtige Ort, um diese erlebnisreiche Reise ausklingen zu lassen.

Auf den schönsten Wegen Cabo Verdes lernen Sie die grandiosen Landschaften Santo Antãos, Santiagos und Fogos kennen. Die spannenden Wanderungen führen über karge Hochebenen, durch fruchtbare Täler und bizarre Vulkanlandschaften. In kleinen ursprünglichen Dörfern bieten sich immer wieder Gelegenheiten zu spannenden Kontakten mit der überaus gastfreundlichen Bevölkerung. In den quirligen Hafenstädten Mindelo und Praia spüren Sie den lebhaften Puls Afrikas. Immer wieder ergeben sich Möglichkeiten zum erfrischenden Bad im glasklaren Meer. In kleinen einheimischen Lokalen lassen wir uns von den Köstlichkeiten der Inseln verwöhnen: Frischer Fisch, gebratene Maniokwurzeln und die „Cachupa“, der kapverdische Nationaleintopf, stehen auf der Speisekarte.

Reiseverlauf:

1.Tag: Anreise nach Sal

Ankunft am Flughafen Sal. Übernachtung in einem ***Hotel in Santa Maria.

2.Tag: Mindelo - Kulturhauptstadt Cabo Verdes

Kurzer Flug nach São Vicente. Auf einer ersten leichten Wanderung zur hoch über der Stadt gelegenen Festung ergeben sich herrliche Ausblicke auf die malerisch an einer Bucht gelegene Hafenstadt. Übernachtung in einem ***Hotel. Abendessen.

3.Tag: Zuckerrohr und Papaya

Fährüberfahrt nach Santo Antão. Wanderung vom Covakrater in das Paultal. Hier wachsen auf sorgsam angelegten Terrassen Kaffee, Zuckerrohr, Papaya und Maniok. Auf unserer Wanderung

durch dieses üppig tropische Tal besuchen wir eine der Brennereien, wo aus dem Zuckerrohr der berühmte Grogue Santo Antãos gebrannt wird. Zwei Übernachtungen in einer Pension im malerischen Fischerdörfchen Ponta do Sol, direkt am Meer. Abendessen.

Aufstieg: ca. 100 HM | Abstieg: ca. 700 HM | Gehzeit: ca. 3 - 4 Stunden

4.Tag: Entlang der wilden Steilküste

Auf einem abenteuerlichen Pflasterweg wandern wir heute nach Cruzinha da Garça. Nach jeder Kurve eröffnet sich ein anderer faszinierender Ausblick auf die gewaltige Steilküste, während unter uns die Brandung an die Felsen tobt. Wir kommen durch abgelegene Dörfer, die nur durch diesen Fußweg mit der Welt verbunden sind und in denen sich noch eine ursprüngliche Lebensform erhalten hat. In Formiguinhas besuchen wir die Dorfschule und am Ende der Wanderung lockt ein erfrischendes Bad im wilden Atlantik. Rückfahrt nach Ponta do Sol.

Aufstieg: ca. 600 HM | Abstieg: ca. 600 HM | Gehzeit: ca. 4 - 5 Stunden

5.Tag: Aufstieg zur Hochebene

Wanderung durch das Tal von Chã das Pedras, wo in schwindelerregenden Höhen Terrassenfelder und strohbedeckte Häuser an Felswänden zu kleben scheinen. Von hier steigen wir auf zur kargen, von ockerfarbenem Sand geprägten Hochebene - wieder eine ganz andere Landschaft dieser vielfältigen Insel. Danach fahren wir durch die karge Küstenwüste nach Porto Novo. Zwei Übernachtungen im ****Ressorthotel mit Badegelegenheit am schwarzen Sandstrand. Abendessen.

Aufstieg: ca. 1200 HM | Abstieg: ca. 0 HM | Gehzeit: ca. 4 - 5 Stunden

6.Tag: Bizarre Schluchten und steile Wände

Eine der eindrucksvollsten Wanderungen Santo Antãos führt uns heute einen alten Pfad hinauf über die Ribeira das Patas. Vor der Kulisse des Tope de Coroa, der sich als höchster Berg Santo Antãos aus der vielfarbigen Hochebene erhebt, essen wir bei einer einheimischen Bauernfamilie zu Mittag. Dann steigen wir hinab auf einem sicheren und bequemen Pflasterweg, der sich in endlosen Kehren durch die 500m hohe Felswand windet.

Aufstieg: ca. 600 HM | Abstieg: ca. 800 HM | Gehzeit: ca. 4 - 5 Stunden

7. - 8.Tag: Fischmarkt und Mornas

Fährüberfahrt nach Sao Vicente. Auf einem Spaziergang durch die Hafenstadt besuchen wir den Fischmarkt und die Altstadt mit ihren bunten Kolonialhäusern. Am Abend essen wir in einem der gemütlichen Lokale bei den melancholischen Klängen der Mornas, die hier ihren Ursprung haben. Zwei Übernachtungen im ****Hotel am unberührten Sandstrand von São Pedro. Das Hotel hat einen kostenlosen Shuttlebus nach Mindelo.

9.Tag: Alte und neue Hauptstadt

Nach dem kurzen Flug nach Santiago besuchen wir den buntesten Markt Cabo Verdes in Praia und wandern dann vorbei an riesigen Affenbrotbäumen durch das fruchtbare Oasental Ribeira Grande nach Cidade Velha, der alten Hauptstadt. Übernachtung in der idyllisch gelegenen Pousada. Abends gibt es frisch gegrillten Fisch am Strand der alten Sklavenstadt.

Aufstieg: ca. 0 HM | Abstieg: ca. 300 HM | Gehzeit: ca. 3 Stunden

10.Tag: Zur Feuerinsel

Kurzer Flug nach Fogo. Schon auf der Fahrt zur Caldeira, einem riesigen vulkanischen Einsturzkessel im Innern Fogos ergeben sich grandiose Ausblicke. Wanderung zum Pico Pequeno, dem jüngsten Vulkan der Kapverden und weiter nach Cha das Caldeiras. Hier wohnen wir am Fuße des gewaltigen

Vulkans bei einer einheimischen Familie. Und wenn am Abend über dem großartigen Panorama der Sternenhimmel aufzieht, genießen wir ein Gläschen vom feurigen Fogowein. Abendessen.

Aufstieg: ca. 300 HM | Abstieg: ca. 300 HM | Gehzeit: ca. 3 - 4 Stunden

11.Tag: Am Gipfel des Fogo

Durch Weinfelder und die mondähnliche Landschaft steigen wir auf zum 2.829 m hohen Pico de Fogo. Sicher eines der eindrucksvollsten Erlebnisse, das die Kapverden zu bieten haben. Eine großartige Aussicht über die Caldeira und bei guter Sicht bis hin zu den Nachbarinseln belohnt für die Mühen. Wie im Flug geht es dann wieder abwärts durch die feine Asche. Für diejenigen, die es gern ein bisschen gemütlicher haben, gibt es die Möglichkeit zu einer kleinen Wanderung am Fuß des Vulkans. Abendessen.

Aufstieg: ca. 1000 HM | Abstieg: ca. 1000 HM | Gehzeit: ca. 6 - 7 Stunden

12.Tag: Lavabecken und São Filipe

Vorbei an Mimosenwäldern und riesigen Agaven steigen wir heute ab zu den Felsbögen von Salinas. Nach einem erfrischenden Bad im Lavabecken fahren wir nach São Filipe. Besonders hübsch zeigen sich hier die pastellfarbenen Kolonialhäuser in der Abendsonne. Übernachtung in einem familiären Hotel. Abendessen.

Aufstieg: ca. 200 HM | Abstieg: ca. 1100 HM | Gehzeit: ca. 4 - 5 Stunden

13. - 14.Tag: Sal - Sonne, Sand und Meer

Flug nach Sal. Zwei Übernachtungen im Fischerdorf Santa Maria. Unser ***Hotel befindet sich nur 50m entfernt vom feinen Sandstrand des lebhaften Fischerdorfs. Wenn Sie möchten, können Sie mit einer organisierten Fahrt im offenen Pick-up durch die Wüste zu den Salinen von Pedra Lume unternehmen. Oder wie wäre es mit einem Segeltörn vor der Küste oder einen Ausflug mit dem Glasbodenboot?

15.Tag: Abreise

Frühstück im Hotel, anschließend Transfer zum Flughafen und Abreise.

Leistungen, Termine, Preise & Teilnehmerzahl

Eingeschlossene Leistungen:

- ✓ Flug von / nach Frankfurt nach Sal
- ✓ Rail & Fly Ticket inklusive
- ✓ alle Inlandsflüge und Fährüberfahrten auf den Kapverdischen Inseln laut Programm
- ✓ 14 Übernachtungen in den beschriebenen Unterkünften im Doppelzimmer oder Einzelzimmer inklusive Halbpension
- ✓ alle beschriebenen geführten Tageswanderungen und Stadtspaziergänge
- ✓ alle erforderlichen Transfers während der Touren
- ✓ Deutschsprachiger Wanderführer
- ✓ Gebietskarte

Nicht eingeschlossene Leistungen:

- ✓ Visagebühren und Visabeschaffung
- ✓ nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- ✓ Trinkgelder
- ✓ persönliche Ausgaben

Termine:

17.11. - 01.12.2020

Preise:

Preis pro Person im DZ	2969 €
EZ-Zuschlag pro Tag	20 €

Mindestteilnehmerzahl: 6

Maximalteilnehmerzahl: 12

Anreise

Flugzeug:

Flug von / nach Frankfurt nach Sal

Schwierigkeitsgrad und Ausrüstung

Schwierigkeitsgrad:

▲▲▲

Ausrüstung:**Bekleidung:**

- Sport- bzw. leicht trocknende Unterwäsche
- Trekking-/Wandersocken
- Funktionshemd oder T-Shirt
- Wanderhose lang oder Zippoff-Hose
- Fleecepullover oder Fleecejacke – auf gute Passform achten, nicht zu weit
- Überjacke oder Anorak als Wind-, Wasser- und Kälteschutz – Goretex-Material
- Überhose als Regenschutz – Goretex-Material
- leichte Mütze als Sonnenschutz
- wärmere Mütze oder Stirnband als Wärmeschutz
- leichte Handschuhe aus Windstoppermaterial
- universelles Rundhalstuch (als Schal, Stirnband, Wind- und Kälteschutz einsetzbar)
- Ersatzunterwäsche, Ersatzsocken, Ersatz-T-Shirt oder Hemd, eventuell auch Hose

Ausrüstung:

- Knöchelhohe Berg- bzw. Trekkingschuhe
- Rucksack ca. 25 Liter mit Regenschutz, bei Mehrtagestouren mind. 35 Liter
- Sonnenbrille mit 100% UV Schutz
- Sonnenschutzmittel (Minimum LS 15)
- Trinkflasche, Minimum 1 Liter Fassungsvermögen pro Person
- Tourenverpflegung, kohlenhydratreich

WM AKTIV REISEN s.r.o. | V.P.Totha 1081 / 17 | SK - 96001 Zvolen - Slowakei

Telefon: 00421 - (0) 45 / 535 35 14 | E-Mail: info@wm-aktiv-reisen.de | Web: www.wm-aktiv-reisen.de

Bank: Tatra Bank Zvolen | IBAN: SK09 1100 0000 0029 2389 0063 | BIC: TATRSKBX | Handelsregister Banska Bystrica: 23654 / S | Ust.-ID.: SK 202 369 4651

- Rucksackapotheke (Verbandszeug, Schmerzmittel, etc.)
- Mobiltelefon
- Karte im Massstab 1 : 25.000 oder 1 : 50.000
- Taschenlampe
- Taschenmesser
- Höhenmesser
- Teleskopstöcke

Weitere Informationen zu dieser Reise

Begrüßungstreff:

Der Begrüßungstreff findet meist am Abend des Anreisetages oder am ersten Wandertag, vor der ersten Wanderung, statt. Detaillierte Informationen wann und wo der Begrüßungstreff stattfindet erhalten Sie mit den Reiseunterlagen ca. 2 Wochen vor Anreise.

Einreisebestimmungen:

Zur Einreise auf die Kapverdischen Inseln benötigen Sie als EU Bürger einen gültigen Reisepass, welcher mindestens 6 Monate über das Reiseende noch gültig sein muss und ein Visum zur Einreise nach Cabo Verde, das bei der Botschaft von Cabo Verde zu beantragen ist.

Impfschutz:

Das Auswärtige Amt empfiehlt die Standardimpfungen gemäß aktuellem Impfkalender des Robert-Koch-Institutes für Kinder und Erwachsene anlässlich einer Reise zu überprüfen und zu vervollständigen. Dazu gehören für Erwachsene die Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, Pertussis (Keuchhusten), ggf. auch gegen Polio (Kinderlähmung), Mumps, Masern Röteln (MMR), Pneumokokken und Influenza.

Als Reiseimpfungen werden Impfungen gegen Hepatitis A, bei Langzeitaufenthalt oder besonderer Exposition auch gegen Hepatitis B und Typhus empfohlen. Es wird ein ausreichender individueller Mückenschutz empfohlen.

In der Hauptstadt Praia und auf der Insel São Tiago treten deutlich vermehrt Malariafälle auf. Eine medikamentöse Malariaphylaxe beim Besuch dieser beiden Orte wird empfohlen. Die übrigen Inseln sind malariefrei.

Aufgrund der mückengebundenen Infektionsrisiken wird allen Reisenden empfohlen,

- körperbedeckende ggf. imprägnierte helle Kleidung zu tragen (lange Hosen, lange Hemden),
- Insektenschutzmittel auf alle freien Körperstellen wiederholt aufzutragen,
- ggf. unter einem (imprägnierten) Moskitonetz zu schlafen.

Geld & Kreditkarten:

Escudo de Cabo Verde (CVE) ist auf den Kapverden offizielle Währung. Der Wechselkurs ist 1 Euro = 110,265 CVE. Kreditkarten werden von den größeren Hotels und Banken angenommen. Geldziehen mit Kreditkarten am Automaten ist möglich, aber mit hohen Gebühren.

Zeitverschiebung:

Die Kapverdischen Inseln liegen in der Zeitzone UTC-1. Die Zeit ist hier also 2 Stunde hinter der Zeit in Deutschland, bei Sommerzeit 3 Stunden.

Sprache:

Amtssprache ist Portugiesisch. Die Umgangssprache, die auf den Straßen gesprochen wird, ist Kreolisch. Englisch eventuell Französisch wird mancherorts gesprochen und verstanden.

Stromversorgung:

Wechselstrom mit 220 Volt.

Versicherung:

Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reiseversicherung. Diese sollte Reiserücktritt, Reiseabbruch, Bergrettung, Gepäck, medizinische Versorgung vor Ort und den Rücktransport nach Hause beinhalten. Über unseren Partner – die slowakische UNIQA Versicherung – bieten wir Ihnen gerne das passende Versicherungspaket an.

Wichtiger Hinweis:

Wir möchten Sie besonders darauf hinweisen, dass es zu Verzögerung, Routenänderungen oder auch zu Änderungen im Programm kommen kann. Dies geschieht in den meisten Fällen durch schlechte Wetterverhältnisse, aktuelle und nicht vorhersehbare Ereignisse, durch die Leistungsfähigkeit einzelner Gruppenteilnehmer oder in wenigen Fällen durch organisatorische Schwierigkeiten. In solchen Fällen, können Sie sich auf uns verlassen und wir werden für eine adäquate und gleichwertige Alternative sorgen.

Allgemeine Geschäftsbedingungen:

Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen. Diese werden Ihnen mit den Buchungsunterlagen zugestellt und sind auf unserer Website immer unter der Rubrik SERVICE / AGB + SICHERUNGSSCHEIN einsehbar.

Kontakt & Buchung

Wir stehen Ihnen jederzeit sehr gern für alle Fragen und Wünsche zur Verfügung.

Um mit uns in Kontakt zu treten haben Sie mehrere Möglichkeiten, an 7 Tagen in der Woche:

- Telefon:
 - Montag - Freitag: 08:00 -13:00 Uhr
 - 00421 - (0) 45 / 535 35 14
- Service Rufnummer:
 - Montag - Sonntag: 08:00 - 18:00 Uhr; in Notfällen 24 Stunden
 - 00421 - (0) 911 27 66 30
- Email:
 - info@wm-aktiv-reisen.de

- Whats App Messenger:
 - 00421 - (0) 911 27 66 30
- Facebook Chat
 - über unseren Facebookaccount - www.facebook.com/wmreisen/

WM AKTIV REISEN in den sozialen Netzwerken:

Auf unserer **Facebook Seite** finden Sie regelmäßig neue, interessante Beiträge. In unserem **YouTube Kanal** können Sie sich zahlreiche kurze und längere Videos zu unseren Reisen oder Zielgebieten anschauen. Und bei **Instagram** finden Sie viele schöne Schnappschüsse von unseren Reisen oder den von uns bereisten Regionen.

Sehr interessant und lesenswert ist unser **BLOG**. Hier können Sie in zahlreichen Blogbeiträgen von unseren Gästen oder Mitarbeitern stöbern und persönliche Eindrücke zu Regionen, Reisen oder auch nützlichen Dingen lesen.