



Sa., 16.01.21 - Sa., 30.01.21 | 15 Tage ab € 2.499,-

Erlebnisreise

Kapverdische Inseln

Inselhopping für Abenteurer

Highlights

- › die Inseln São Vicente, Santo Antão, São Nicolau und Santiago intensiv entdecken
 - › atemberaubende Wanderungen
 - › Workshop bei einem Instrumentenbauer
- › kapverdische Lebensfreude und historische Altstädte in Mindelo und Praia erleben

Eine Reise für alle, die den Zauber und die Vielfalt der Kapverdischen Inseln intensiv, aktiv und auf Augenhöhe mit der einheimischen Bevölkerung erleben möchten! Wir besuchen vier der beeindruckenden Inseln vulkanischen Ursprungs, die unterschiedlicher nicht sein könnten. Wir entdecken bei Wanderungen durch die zerklüftete Bergwelt mit tiefen Schluchten und tropischen Tälern das Paradies Santo Antão. Auf São Nicolau genießen wir den beschaulichen Charme der kleinen Insel, die touristisch noch sehr unberührt und ursprünglich ist. Die lebhafteste Musikkultur erleben wir, wenn wir durch die quirlige Hafenstadt und das kulturelle Zentrum von Mindelo auf São Vicente schlendern, um dort einem bekannten Gitarrenbauer über die Schulter zu schauen. Unsere Reise endet auf der Insel Santiago. Bei unserem Rundgang durch Cidade Velha erfahren wir viel über die Vergangenheit der ehemaligen Hauptstadt. Natürlich bleibt zwischendurch auch Zeit zum Entspannen an den herrlichen Stränden. Tauche ein in die bunte Inselwelt vor der Küste Westafrikas!

Tag 1 - Sa., 16.01.21

Flug Frankfurt – São Vicente und Mindelo

Bem-vindo!

Mit der Bahn erreichst du innerhalb Deutschlands kostenfrei und umweltfreundlich deinen Abflughafen. Mit TAP Air Portugal fliegst du ab Frankfurt via Lissabon auf die Kapverdischen Inseln. Wir landen am Mittag auf São Vicente. Am Nachmittag unternehmen wir einen ersten Rundgang durch die hübsche Hafenstadt. Mindelo ist mit seinen vielen Ausstellungen, Museen, Künstlern und Bars der kulturelle Mittelpunkt des Archipels und Schmelztiegel verschiedener Kulturen. Kapverdische Köstlichkeiten lassen wir uns beim gemeinsamen Abendessen in einem kleinen Lokal im Zentrum schmecken.

Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: Residencial Mindelo(*) oder Don Paco**(*) in Mindelo | Mahlzeiten: gemäß Bordservice, A**

Tag 2 - So., 17.01.21

Mindelo

Wüstenhaftes São Vicente

Am Morgen starten wir unsere ganztägige Inselrundfahrt, auf der wir die kleine, gebirgige und fast wüstenhafte Insel ausführlich entdecken. Bei gutem Wetter fahren wir zum Aussichtspunkt vom Monte Verde, von dem sich ein spektakulärer Ausblick auf die weiten roten und braunen Ebenen und Berge bietet. Später erwartet uns eine große Auswahl an Fleisch- und Meeresfrüchtereichten in einem kleinen Restaurant des verträumten Fischerortes Calhau. Auf jeden Fall lohnt sich auch der folgende Abstecher zum Praia Grande: Riesige Wanderdünen aus feinstem Sand erheben sich vor dem tiefblauen Ozean! Wir fahren weiter nach Baía das Gatas, zum beliebtesten Sandstrand im Norden der Insel. Hier haben wir ein wenig Zeit für uns und das Meer.

Fahrstrecke: 50 km | Übernachtung: Residencial Mindelo(*) oder Don Paco**(*) in Mindelo | Mahlzeiten: F, M**

Tag 3 - Mo., 18.01.21

Mindelo

Cabo Verde ist Musik...

Mindelo gilt als die Musikmetropole des Archipels – überall schwingt die Musik von Cesária Évora durch die Straßen. Die weltbekannte Sängerin stammte aus einer Musikerfamilie und ihre Lieder erzählen Geschichten über ihre Heimat. Wir besuchen einen bekannten Instrumentenbauer und lernen bei einem Workshop viel über die Kunst des Gitarrenbaus und über die Bedeutung der Musik für die Bevölkerung. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung – besuche den bunten Mercado Municipal oder erhol dich am schönen Stadtstrand Praia de Laginha.

Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: Residencial Mindelo(*) oder Don Paco**(*) in Mindelo | Mahlzeiten: F**

Tag 4 - Di., 19.01.21

São Vicente – Santo Antão (Fährfahrt) und Ponta do Sol

Im subtropischen Paúl-Tal

Nach einer Fährüberfahrt von rund einer Stunde erreichen wir gegen 09:00 Uhr Porto Novo auf Santo Antão, dem Wander- und Trekkingparadies schlechthin, das mit seiner grünen Bergwelt einen absoluten Kontrast zu São Vicente darstellt. Über eine alte Passstraße mit wunderschönen Ausblicken fahren wir zunächst in das fruchtbare Tal Ribeira do Paúl. Hier wandern wir (ca. 2–3 Std., mittelschwer) durch subtropisches Grün, vorbei an üppigen mit Maniok und Kaffee bepflanzten Terrassenfeldern. Dabei fällt uns auch das Zuckerrohr ins Auge, das hier vor allem zur Produktion des Nationalgetränks angebaut wird, dem Grogue. Während der Erntezeit im Frühjahr kann ggf. eine Grogue-Destillerie besucht werden (nicht ganzjährig geöffnet). Anschließend fahren wir weiter nach Ponta do Sol, wo wir in unserem Hotel einchecken und den Rest des Nachmittags mit Meerblick relaxen können.

Fahrstrecke: 50 km | Übernachtung: Tiduca* in Ponta do Sol | Mahlzeiten: F**

Tag 5 - Mi., 20.01.21**Ponta do Sol****Durch die zerklüftete Bergwelt**

Nach dem Frühstück fahren wir nach Chã das Pedras, zum Ausgangspunkt unserer Wanderung (ca. 2 Std., leicht): Wir wandern über schmale Eselspfade durch das tropische und fruchtbare Seitental Chã das Pedras, passieren João Afonso und enden im Ribeira Figueiral mit seinen Terrassenfeldern voller Mais, Kaffee und Früchten wie Mangos und Bananen. Unterwegs begegnen wir liebenswerten Menschen – zu Mittag sind wir dann zu Gast bei einer einheimischen Familie und lassen uns ein landestypisches Mittagessen schmecken. Für einen Fotostopp fahren wir weiter in das Tal von Ribeira da Torre mit seinen besonders bizarren Felstürmen und tiefen Schluchten. Zurück in Ponta do Sol laden die kleinen Restaurants ein, bei einem Kaffee dem lebhaften Treiben des Fischerörtchens zuzuschauen.

Fahrstrecke: 30 km | Übernachtung: Tiduca* in Ponta do Sol | Mahlzeiten: F, M**

Tag 6 - Do., 21.01.21**Ponta do Sol – Porto Novo****Spektakuläre Küstenwanderung**

Eine der schönsten Wanderungen auf dieser Reise erwartet uns heute (ca. 2 Std., leicht). Auf der alten Kopfsteinpflasterstraße entlang beeindruckender Klippen- und Küstenabschnitte geht es direkt vom Hotel aus bis nach Fontainhas – den tiefblauen Atlantik immer im Blick. Wir sind fasziniert von den kleinen bunten Häusern, die hier ringsum auf den Felsvorsprüngen gebaut sind, und bekommen im kleinen Bergdorf immer wieder Einblicke in das einfache Leben. Gegen Mittag sind wir zurück in Ponta do Sol und fahren entlang der Küstenstraße nach Porto Novo, die größte Stadt Santo Antãos. Angekommen, heißt es erstmal am Pool Füße hochlegen und entspannen. Wer mag, kann noch durch die kleinen Gassen spazieren und in eines der Restaurants an der Uferstraße einkehren.

Fahrstrecke: 50 km | Übernachtung: Santantao Art Resort* in Porto Novo | Mahlzeiten: F**

Tag 7 - Fr., 22.01.21**Santo Antão – São Vicente (Fährfahrt) und Mindelo****Aktiv im unberührten Nordwesten der Insel**

Am Vormittag unternehmen wir einen Ausflug in den etwas trockeneren und karger Westen der Insel. Bei einer Wanderung (ca. 2–3 Std., mittelschwer) erkunden wir die touristisch weniger bekannte Region. Von Alto Mira aus wandern wir auf gepflasterten, ehemals gut begangenen Maultierpfaden über sanfte Hügel

bergan. Wir erreichen den höchsten Punkt – ein schmaler Felsdurchbruch öffnet den Blick ins weite Tal. Zu Mittag sind wir bei einer Bauernkooperative zu Gast, bevor es zum Hafen von Porto Novo geht. Wir nehmen die Nachmittagsfähre zurück nach São Vicente. Ein kurzer Transfer bringt uns in unsere altbewährte Unterkunft in Mindelo.

Fahrstrecke: 40 km | Übernachtung: Residencial Mindelo(*) oder Don Paco**(*) in Mindelo | Mahlzeiten: F, M**

Tag 8 - Sa., 23.01.21**São Vicente – São Nicolau (Flug) und Ribeira Brava****Der Ursprung des Archipels**

Im Flug geht es am Vormittag via Santiago auf die Insel São Nicolau. Hier erwarten uns abermals spektakuläre Landschaften, einsame Badebuchten und herzliche Kapverdianer. Die Schönheit São Nicolaus hat sich herumgesprochen, dennoch ist die Insel touristisch gesehen ein nahezu unbeschriebenes Blatt. Wir fahren in den kolonial geprägten Hauptort der Insel, nach Cidade da Ribeira Brava und checken in der kleinen Familienpension ein, die nur wenige Gehminuten oberhalb des Ortszentrums liegt. Anschließend erkunden wir die Stadt und genießen die gemütliche Atmosphäre. Wir spazieren durch schmale Gassen, vorbei an pastellfarbenen Häusern, schönen Plätzen und Gärten. Wir besuchen den kleinen bunten Markt und stoppen am Priesterseminar, das im 19. und 20. Jh. prägend für die kulturelle Entwicklung der Insel war. Den Abend können wir auf der Dachterrasse unserer Unterkunft mit tollem Blick auf die Stadt und das Tal ausklingen lassen.

Fahrstrecke: 10 km | Übernachtung: Pension Jardim oder Residencial Bela Sombra**(*) in Ribeira Brava | Mahlzeiten: F**

Tag 9 - So., 24.01.21**Ribeira Brava****Inseltour**

Um den ganzen Charme São Nicolaus zu entdecken, unternehmen wir heute eine Inseltour: Wir fahren über eine kurvenreiche Straße durch das grüne Fajã-Tal und den Pass von Cachaço nach Tarrafal. Auf dem Weg dorthin besuchen wir den Berghang von Hortelão, wo wir einen beeindruckenden Blick über den Monte Gordo Naturpark haben. Nach einer kurzen Kaffeepause fahren wir ins tief eingeschnittene Tal von Ribeira da Prata. Anschließend machen wir Halt bei den wunderbaren vom Wind und Ozean geformten Felsen von Carbeirinho im Osten der Insel. Am Praia do Frances können wir anschließend schwimmen gehen und im nahegelegene Ort Tarrafal besteht die Möglichkeit zu Mittag zu essen, bevor wir zurück nach Ribeira Brava fahren.

Fahrstrecke: 90 km | Übernachtung: Pension Jardim oder Residencial Bela Sombra**(*) in Ribeira Brava | Mahlzeiten: F**

Tag 10 - Mo., 25.01.21 **São Nicolau – Santiago (Flug) und Praia**

Alte Drachenbäume und eindrucksvolle Panoramen

Bei unserer Wanderung durch das Tal von Ribeira Brava (ca. 2–3 Std., mittelschwer) erfreuen wir uns noch einmal an den wunderschönen Landschaften mit üppiger Vegetation. Wir legen rund 700 Höhenmeter zurück, bis wir den Pass erreichen. Uns erwarten traumhafte Aussichten über das Ribeira Brava-Tal und das grüne Queimada-Tal. Wir steigen hinunter in das Tal und erreichen die kleine Siedlung Queimada. Wer mag, besucht auch hier die örtliche Brennerei. Der Grouge von São Nicolau soll noch besser sein als der von Santo Antão. Wir fliegen weiter auf die Insel Santiago (Flugzeit ca. 45 Min.), die Größte des Archipels. Unser neuer Reiseleiter empfängt uns am Flughafen von Praia und ein kurzer Transfer bringt uns in die zentral gelegene Unterkunft.

Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: Praia Confort* in Praia | Mahlzeiten: F**

Tag 11 - Di., 26.01.21 **Praia – Tarrafal – Praia**

Abwechslungsreiches Santiago

Wir lassen die Hauptstadt hinter uns und fahren über die kurvenreiche Straße durch die Berge in nördliche Richtung – vorbei an bizarr geformten Felsen und durch kleine malerische Ortschaften. Nach rund 40 km erreichen wir Assomada, gelegen in der üppig grünen Hochebene. Wir schlendern durch das Stadtzentrum und lassen, bei einem Besuch des Marktes, die vielen Gerüche und Farben auf uns wirken. Wir fahren weiter durch breite, fruchtbare Täler, bis wir schließlich den Bade- und Fischerort Tarrafal erreichen. Der Ort ist für seinen weißen Sandstrand bekannt. Am Nachmittag hast du Zeit für eigene Entdeckungen oder um am Strand zu relaxen. Zurück nach Praia geht's entlang der Ostküste mit wunderbaren Ausblicken auf die schroffen Inselberge und oasenhaften Täler.

Fahrstrecke: 140 km | Übernachtung: Praia Confort* in Praia | Mahlzeiten: F**

Tag 12 - Mi., 27.01.21 **Praia – Cidade Velha**

Auf den Spuren der Vergangenheit

Zunächst bekommen wir einen Eindruck von Praia, der heutigen Hauptstadt Cabo Verdes. Wir spazieren auf das flache Felsplateau auf dem, rund 40 m über dem Meer, die schachbrettartig angelegte Altstadt Praias liegt. Wir unternehmen eine

kleine Stadtführung und bekommen eine Einführung in die Geschichte des Landes. Ein Transfer bringt uns nach Calabaceira. Von hier trekken wir zunächst steil bergab über palmengesäumte Wanderpfade (ca. 2–3 Std., mittelschwer). Auf ebenen Wegen spazieren wir dann weiter durch ein altes Flusstal, bis wir schließlich den historischen Ort Cidade Velha erreichen. Wir erkunden die ehemalige Hauptstadt (UNESCO-Weltkulturerbe), wo vor über 500 Jahren der Sklavenhandel des Archipels begann. Unser Rundgang führt uns vorbei an dem alten Sklavenpranger bis zur Bucht, in der früher Piraten und Sklavenhändler ankerten. Unsere Unterkunft liegt nördlich an der anschließenden Bucht von Cidade Velha.

Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: Vulcao(*) bei Cidade Velha | Mahlzeiten: F**

Tag 13 - Do., 28.01.21 **Cidade Velha**

Entspannung am Meer

Ein Tag für dich: Entspanne am kleinen Pool und lass die vielen Erlebnisse der letzten Tage Revue passieren. Das Meer ist über Treppen zu erreichen. Cidade Velha liegt fußläufig entfernt und die kleinen Cafés laden zum Verweilen ein.

Fahrstrecke: - | Übernachtung: Vulcao(*) bei Cidade Velha | Mahlzeiten: F**

Tag 14 - Fr., 29.01.21 **Cidade Velha – Praia – Rückflug**

Der Abschied naht

Der Tag steht zur freien Verfügung, bis wir zurück in die Hauptstadt fahren. Am Abend laden wir dich zu einem Abschiedsessen ein – genieß ein letztes Mal den Blick auf den Atlantik und die gute kapverdische Küche! Anschließend bringt uns der Bus zum Flughafen.

Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: Flugzeug | Mahlzeiten: F, A, gemäß Bordservice

Tag 15 - Sa., 30.01.21 **Frankfurt**

Wieder in der Heimat

Nach einer Zwischenlandung in Lissabon landen wir voraussichtlich mittags wieder in Frankfurt. Umweltfreundlich und innerhalb Deutschlands kostenfrei erreichst du mit der Bahn deinen Heimatort.

Fahrstrecke: - | Übernachtung: - | Mahlzeiten: gemäß Bordservice

Reiseverlauf

- Tag 1 Sa., 16.01.21 Flug Frankfurt – São Vicente und Mindelo:** Flug via Lissabon auf die Insel São Vicente, erste Stadterkundung
- Tag 2 So., 17.01.21 Mindelo:** Inselrundfahrt São Vicente, Freizeit am Strand von Bahia das Gatas
- Tag 3 Mo., 18.01.21 Mindelo:** Besuch bei einem Instrumentenbauer, Nachmittag frei
- Tag 4 Di., 19.01.21 São Vicente – Santo Antão (Fährfahrt) und Ponta do Sol:** Wanderung durch das Tal Ribeira do Paúl und ggf. Besuch einer Grogue-Destillerie, Nachmittag frei
- Tag 5 Mi., 20.01.21 Ponta do Sol:** Wanderung durch das Tal Chã das Pedras und Mittagessen bei einer Familie; zum Tal Ribeira de Torre
- Tag 6 Do., 21.01.21 Ponta do Sol – Porto Novo:** Küstenwanderung bis Fontainhas, Nachmittag frei
- Tag 7 Fr., 22.01.21 Santo Antão – São Vicente (Fährfahrt) und Mindelo:** Wanderung im Westen der Insel mit Mittagessen bei einer Bauernkooperative; Fährüberfahrt am Nachmittag
- Tag 8 Sa., 23.01.21 São Vicente – São Nicolau (Flug) und Ribeira Brava:** Stadterkundung
- Tag 9 So., 24.01.21 Ribeira Brava:** Inselrundfahrt São Nicolau
- Tag 10 Mo., 25.01.21 São Nicolau – Santiago (Flug) und Praia:** Wanderung durch das Tal von Ribeira Brava bis nach Queimada; Weiterflug am Nachmittag
- Tag 11 Di., 26.01.21 Praia – Tarrafal – Praia:** Fahrt durch die Bergwelt mit Marktbesuch in Assomada und Zeit in Tarrafal zum Baden
- Tag 12 Mi., 27.01.21 Praia – Cidade Velha:** Stadtführung Praia; Wanderung von Calabaceira hinab nach Cidade Velha und Rundgang
- Tag 13 Do., 28.01.21 Cidade Velha:** Tag zur freien Verfügung am Meer
- Tag 14 Fr., 29.01.21 Cidade Velha – Praia – Rückflug:** Freizeit am Vormittag; Abschiedsessen in Praia und spätabends Rückflug via Lissabon
- Tag 15 Sa., 30.01.21 Frankfurt:** Ankunft und Heimreise



stepmap.de

Einreisebestimmungen & Impfungen

Reisepass mit mindestens 6-monatiger Gültigkeit über das Reiseende hinaus und online Registrierung bei der Polícia Nacional de Cabo Verde erforderlich.

Eine gültige Gelbfieberimpfung ist für alle Einreisenden aus einem Gelbfiebergebiet (oder mehr als 12-stündigem Transit) offiziell vorgeschrieben. Impfung gegen Hepatitis empfohlen.

Anforderungen & reisespezifische Hinweise

Keine besonderen Anforderungen. Normale Kondition und Gesundheit sind bei dieser Reise ausreichend. Die Angaben zu den Wanderungen können je nach gewählter Wanderroute (abhängig von der Witterung) variieren. Bei dieser Reise wechselt die Reiseleitung zwischen den Inseln – du wirst jeweils vom Flughafen oder der Fähre abgeholt und auch wieder für die Abreise dorthin gebracht; die kurzen Flüge und die Fährüberfahrten (ca. 1 Std.) erfolgen ohne Reiseleitung. Die Zeiten der Fähren und Inlandsflüge können ebenso variieren und das Programm kann sich geringfügig verschieben. Bei den Reisen zum Termin 22.02.-07.03.2020 und 14.02.-28.02.2021 besuchen wir den bekannten kreolischen Karneval in Mindelo/São Vicente, zu diesen Terminen kann es ggf. zu leichten Programmanpassungen kommen.

Verpflegung

Die Verpflegung auf dieser Reise basiert im Wesentlichen auf Frühstück. An einigen Tagen haben wir für dich ebenfalls ein Abendessen und/oder ein Mittagessen bzw. Picknick inkludiert. Vegetarier bitten wir, dies bei Anmeldung zu vermerken. Die Mahlzeiten findest du in der Reisebeschreibung mit F=Frühstück, M=Mittagessen/Picknick, A=Abendessen gekennzeichnet.

Unterkünfte

Bei dieser Reise übernachten wir in gepflegten und gut gelegenen **-*** Hotels und Pensionen. Alle Zimmer verfügen über ein Bad bzw. Dusche/WC.

Teilnehmerzahl

7* bis 12

*bis 4 Wochen vor Reisebeginn zu erreichende Mindestteilnehmerzahl

½ Doppelzimmer

Bei Buchung eines halben Doppelzimmers: Sollte sich kein Zimmerpartner für dich finden oder bei gemeinsamen Doppelzimmerbuchungen dein Zimmerpartner stornieren, müssen wir dir bei dieser Reise den vollen Einzelzimmer-Zuschlag berechnen.

Inkludierte Leistungen

- Linienflug (Economy) mit TAP Air Portugal oder gleichwertiger Fluggesellschaft ab Frankfurt nach São Vicente und zurück von Santiago (andere Abflugorte lt. Ausschreibung; nach Verfügbarkeit buchbar)
- Rail&Fly-Fahrkarte für die Bahnreise zum/vom Abflughafen ab/zu jedem deutschen Bahnhof
- Rundreise mit Inlandsflügen, Fähre und Kleinbus wie in der Reisebeschreibung aufgeführt; Transfers
- 13 Übernachtungen in **-*** Hotels und Pensionen (sollten einzelne in der Reisebeschreibung genannten Unterkünfte einmal nicht verfügbar sein, greifen wir auf möglichst gleichwertige Alternativen zurück)
- Mahlzeiten gemäß Reisebeschreibung: 13 x F, 3 x M, 2 x A (F=Frühstück, M=Mittagessen/Picknick, A=Abendessen)
- Eintrittsgelder
- örtliche, deutschsprachige WORLD INSIGHT-Reiseleitung (keine Reiseleitung während der Flüge und Fährfahrten)
- deutsche Flughafensteuern und Sicherheitsgebühren
- 1 hochwertiger Reiseführer deiner Wahl von MairDumont aus unserem Sortiment pro Buchung (nur online einlösbar)

CO₂ Fußabdruck / Empfohlener Ausgleich

2225 kg CO₂ / 52 €

Abflugorte

Frankfurt/Main*	ohne Zuschlag
Hamburg*	150,00 EUR
München*	150,00 EUR
Berlin*	150,00 EUR
Zürich*	199,00 EUR
Wien*	199,00 EUR

*TAP Portugal

Fluginformationen

Voraussichtliche Fluggesellschaft:

TAP Portugal

Als Reiseveranstalter liegen uns die endgültigen Flugzeiten noch nicht final vor. Für dich als Orientierung teilen wir dir gerne den vorläufigen Flugplan der jeweiligen Fluggesellschaft mit. Dieser sieht derzeit wie folgt aus:

TAP Air Portugal:

Hinflug

Frankfurt – Lissabon 06:15 Uhr – 08:25 Uhr

Lissabon – São Vicente 09:30

Uhr – 12:50 Uhr

Rückflug

Santiago – Lissabon 00:55 Uhr – 06:05 Uhr

Lissabon – Frankfurt 08:30 Uhr – 12:35 Uhr

Tipp: Kreolischer Karneval in Mindelo

Nicht nur in Rio wird Samba getanzt, sondern auch bei der mitternächtlichen Samba-Parade in der Altstadt von Mindelo zum alljährlichen Karneval auf den Kapverdischen Inseln! Dieses Spektakel mit viel Fantasie, bunten Kostümen und fröhlicher Musik solltest du nicht verpassen – feiere mit auf unseren Reisen vom 22.02.–07.03.2020 und 14.02.–28.02.2021!

Diese Reise wird durchgeführt von
WORLD INSIGHT Afrika