

ECHTE ERLEBNISSE

REISEN MIT
SINNEN

REISEN MIT SINNEN
Pardon/Heider Touristik GmbH
Neuer Graben 153
D- 44137 Dortmund
Fon 0049 (0)231 589792-0
Fax 0049 (0)231 164470
info@reisenmitsinnen.de
www.reisenmitsinnen.de
www.kapverdischeinseln.de

KAPVERDEN BEST SELECTION

16-tägige Wander- und Naturreise mit qualifizierter Reiseleitung



Ihre Insel-Spezialisten: ☎ 0049 (0)231 589792-60, ✉ inseln@reisenmitsinnen.de

HIGHLIGHTS

**Spektakuläre Wanderungen
in den Gebirgswelten von
Santo Antão und Fogo**

**Gipfelbesteigung des Pico de
Fogo: die Vulkaninsel im
360°-Panorama**

**3-tägiges Trekking von Haus
zu Haus auf alten Maultier-
pfaden**

**Auf den Spuren der Sklaven-
zeit im
UNESCO-Weltkulturerbe Cidade Velha**

**Per Pedes die Dörfer durchstreifen – mit Einkehr in
Privathäusern**

KAPVERDEN

16 TAGE, 8-14 GÄSTE

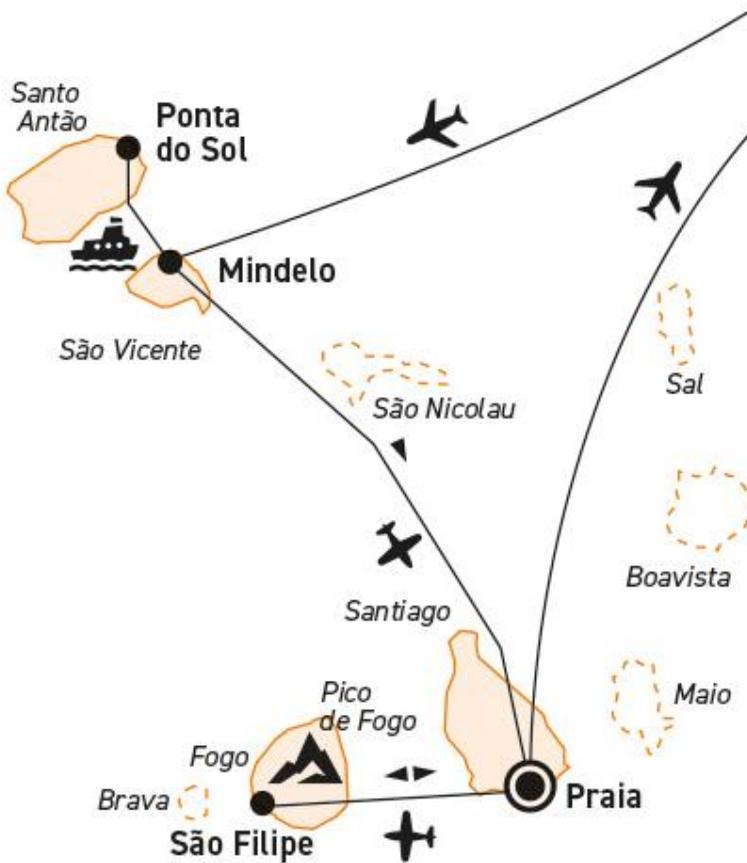
WANDERN, BEGEGNUNGEN,

NATUR, ALLTAGSKULTUR

REISELEITER: ULJANA,

FRANK

KARTE ZUR REISE



Tradition pur: in Santiago das Índias das Herzen hören; später das erfrischend kühle Meer am Körper spüren. Vorsicht Schwindelgefahr: beim Blick auf die hoch gelegenen, bunten Häuser. Außergewöhnlich erhaben: kreolisch dinieren am Fuß des Vulkans.

DETAILLIERTE REISEINFORMATION

Highlights	2
Karte zur Reise.....	3
Detaillierte Reiseinformation.....	4
Reiseverlauf – 16 Tage	5
TeilnehmerInnen	12
Termine und Preise	12
Im Preis enthalten	13
Optional buchbare Leistungen	14
Nicht im Preis enthalten	14
Es geht ums Fliegen und um Klimaschutz*	14
Prima Klima – CO ₂ -neutral reisen!	15
Anreise	16
Visum und Einreisebestimmungen	16
Reiseschutz**	16
Aktivitäten	17
Gestalten Sie Ihren Tag – unsere Empfehlungen.....	18
Verlängerungsmöglichkeiten.....	19
Transfers	19
Unterkünfte & Verpflegung.....	20
Ihre Reiseleitung	21
Ausrüstung und Kleidung	22
Unser Engagement auf den Kapverden	23
In eigener Sache: Unsere Philosophie	24
Eigene Notizen	26
Beratung und Buchung	27

REISEVERLAUF – 16 TAGE

(Verpflegung: **F** = Frühstück, **M** = Mittagessen; **L** = Lunchpaket, **P**= Picknick
A = Abendessen)

Die Angaben zu den Wanderstrecken und -zeiten, Flug-, Fähr- und Transferzeiten sind angenäherte Erfahrungswerte und können je nach Straßenbeschaffenheit und Verkehrsaufkommen variieren. Transferzeiten von unter einer Stunde pro Tag sind nicht angegeben.

1. Tag: Flug nach Lissabon



Linienflug von Europa nach Lissabon, der Hauptstadt Portugals. Übernachtung in einem Hotel in Flughafennähe.

1 Übernachtung im Hotel Star inn -/-/-

2. Tag: Weiterreise nach São Vicente



Linienflug von Lissabon nach São Vicente. Ankunft am frühen Nachmittag und gemeinsamer Transfer in die heimliche Hauptstadt der Kapverden: **Mindelo**.

Beim gemeinsamen Abendessen setzen wir uns mit unserer Reiseleitung zusammen und gehen gemeinsam das Wanderprogramm der nächsten Tage auf Santo Antão durch.

1 Übernachtung im Hotel Terra Lodge in **F/-/A**
Mindelo (oder Oasis Porto Grande)

3. Tag: Mit der Fähre ins Wanderparadies Santo Antão



Fährüberfahrt zum **Wander- und Trekkingparadies** der Kapverden schlechthin: Santo Antão. Unterwegs machen wir Halt am erloschenen **Cova-Krater**. Bei guter Sicht laufen wir zum Kraterand, von wo wir einen weiten Blick in das grüne Paúl-Tal und sogar bis zum Atlantik haben können. Spektakuläre Fahrt über die alte Passstraße zum Ausgangspunkt unserer Wanderung.

Typisch kapverdisches Mittagessen und Beginn des Trekkings im tropisch anmutenden Seitental **Ribeira de Chã das Pedras**.



Hier gedeihen in beträchtlichen Höhen Mais, Zuckerrohr, Kaffee und Bananen, genauso wie Mangos, Papayas und Datteln. Unser Ziel, das Dorf Caibros, liegt mitten in einem grünen Tal.

Fährüberfahrt: 1 Std., Gesamtfahrzeit: 2 Std.
Gehzeit erste Wanderung: 1 Std., +/- 200 Hm,
zweite Wanderung: 3 Std., + 400 Hm / - 300 Hm.
1 Übernachtung in der familiären Pension Casa Zeca in Caibros (Gemeinschaftsbäder).

F/M/A

4. Tag: Die Bergwelt Santo Antãos



Nach dem Frühstück startet unsere heutige Tour. Wir wandern nach Chã de Igreja.

Selbst wer schon viel von der Welt gesehen hat, ist von dieser bizarr zerklüfteten Bergwelt mit steil aufragenden **Felswänden** und abgrundtiefen **Schluchten** begeistert. Zwischendurch machen wir Halt bei einer Familie im Dorf, wo wir zu einem stärkenden Mittagessen eingeladen sind.

Wanderung: Gehzeit 5 Std., + 600 Hm / - 900 Hm.

1 Übernachtung in der einfachen Pension Casa Mite in Chã de Igreja (z.T. Gemeinschaftsbäder).

F/M/A

5. Tag: Küstenwanderung auf alten Eselspfaden



Von Chã de Igreja aus wandern wir heute entlang der **spektakulären Steilküste** auf gut angelegten Fußwegen zum Küstenort Ponta do Sol. Ohne Zweifel eine der schönsten Wanderungen auf den Kapverden!

Bunte Häuser, wagemutig in Schwindel erregenden Höhen auf kleine Felsvorsprünge gebaut, faszinieren alle. In Ponta do Sol angekommen, genießen wir die Abendstimmung am Meer mit einem kreolischen Abendessen.

Wanderung: Gehzeit 6 Std., + 900 Hm / - 850 Hm, ständiges bergauf- und ab, anspruchsvoll.

2 Übernachtungen in den Pensionen Música do Mar oder Hotel Tiduca in Ponta do Sol.

F/L/A

6. Tag: Auf Eselspfaden zur Chã de Lagoa



Durch schroffe und karge Felswände steigen wir auf alten Maultierpfaden zur **Hochebene Chã de Lagoa** auf, wo es sicherlich für unsere „Landschaftsfotografen“ kein Halten mehr gibt.

Unterwegs begegnet uns die Herzlichkeit der Menschen.

Wanderung: Gehzeit ca. 5 Std., + 1.000 Hm / - 200 Hm, anspruchsvoll. **F/L/-**

7. Tag: Im grünen Paúl-Tal



Ein weiteres Highlight bei unseren Wanderaktivitäten auf den Kapverden: Die **Rundwanderung** durch das **Paúl-Tal**. Es besticht durch seine tropische Vegetation aus **Mangobäumen, Kaffee, Zuckerrohr und Drachensäulen**.

Transfer nach Porto Novo und Fährüberfahrt nach **São Vicente**. Zurück in Mindelo: Der Abend steht zur freien Verfügung, z. B. für Erkundungen der Hafenstadt. Wer Lust hat, besucht abends ein Livekonzert. Ihre Reiseleitung gibt hilfreiche Tipps!

Fährfahrt: 1 Std.

Gesamtfahrtzeit: 1,5 Std.

Wanderung: Gehzeit 5 Std., + 650 Hm / - 750 Hm. (kann in Absprache mit der Reiseleitung verkürzt werden).

1 Übernachtung im Hotel Terra Lodge in **Mindelo**. **F/M/-**

8. Tag: In das Landesinnere von Santiago



Heute nehmen wir den Inlandsflug nach **Santiago**, dem größten Eiland des Archipels. Unsere Fahrt führt uns in das Landesinnere in die zweitgrößte Stadt Santiagos, nach **Assomada**. Die Stadt selber besticht durch ihren lebendigen Markt und ihre afrikanischen Händler.

Wenn es die Flugzeiten erlauben, wandern wir durch die grünen Plantagen bei **Assomada**, stets die rauen Berge und Nachbarinsel Maio im Blick.



Wer Lust hat, erfrischt sich nachher im kühlen Meer.

Inlandsflug: 50 Min.

Wanderung: Gehzeit ca. 1,5 Std., +/- 150 Hm.

2 Übernachtungen in der Pension Tarrafal
Residence in Tarrafal.

F/L/-

9. Tag: Serra Malagueta – beeindruckende Ausblicke



Heute beginnt eine der schönsten Wanderungen auf Santiago: wir wandern durch die **Gebirgszüge der Serra Malagueta**.

Wir durchstreifen Täler, in denen üppige, vielartige Pflanzen, Mangobäume und terrassenförmige Felder an uns vorbeiziehen. Unterwegs begegnen wir Frauen und Männern bei ihrer täglichen Arbeit - traditionell Mais stampfen, Wäsche waschen oder Feldarbeit.

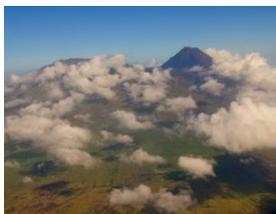


Anschließend Rücktransfer nach Tarrafal.

Wanderung: Gehzeit: ca. 4 Std., +100 /- 500 Hm, Trittsicherheit erforderlich (Je nach Saison sind unterschiedliche Wanderrouten möglich, die Angaben können deshalb variieren. Ihre Reiseleitung wird Sie vor Ort über die gewählte Route informieren).

F/L/-

10. Tag: Auf zur Feuerinsel Fogo



Voraussichtlich morgens Flug nach **Fogo**. Wenn es die Flugzeiten erlauben, unternehmen wir eine kleine Wanderung im Westen der Insel.

Panoramafahrt in Fogos zweitgrößten Ort **Mosteiros** – der brausende Atlantik stets in unserem Blick. Hier angekommen besuchen wir eine Familie und erfahren viel über die lokale Kaffeeproduktion – der Fogo Kaffee ist über die Grenzen hinaus für seine Qualität bekannt. Wir übernachten in einer **familiären Pension** und genießen ein üppiges Abendessen.



Inlandsflug: 30 Min., Gesamtfahrtzeit: 2 Std., (Wanderung wird an die Flugzeiten angepasst).

1 Übernachtung in der Pension Christine in Mosteiros.

F/L/A

11. Tag: Durch den größten zusammenhängenden Wald



Bei der heutigen Wanderung durch den **Monte Velha**, den größten zusammenhängenden Wald der Kapverden, wandern wir von Pai Antonio über den Kraterand mit Kurs auf das Kraterdorf **Portela**. Es geht stetig bergauf, vorbei an Orangenbäumen, Mango- und Kaffeeplantagen. In der Chã das Caldeiras angekommen, beziehen wir unsere familiäre Unterkunft mit Blick auf den großen Vulkan.

Vielleicht findet sich jemand unter uns, der sich mit Stern-
deutung auskennt, denn nirgends auf den Kapverden ist
man den Sternen näher als hier.

Wanderung: Gehzeit 5-6 Std., + 1.350 Hm.
2 Übernachtungen in der Pension Casa Marisa II **F/L/A**
(ggf. Gemeinschaftsbad, Kaltwasser und nur
zeitweise Strom) am Fuße des Vulkans.

12. Tag: Wanderung Boca Rodja



Beeindruckend wirken die schroffen Wände des 1.000 m über der Chã das Caldeiras stehenden Grats (2.692 m), der im Halbkreis den Westen der Chã das Caldeiras umschließt.

Heute schauen wir uns **die Nordseite des Bordeira-rückens** einmal genauer an. Etwa 300 Hm gehen wir bergauf und haben schon bald einen grandiosen Ausblick auf die Caldeira, den **Monte Velha Wald** und das Meer. Auffallend ist hier die besonders reichhaltige Flora. Der Abstieg erfolgt über einen leichten Weg durch die Bordeira-Wand zurück zur Unterkunft.

Wanderung: Gehzeit ca. 4-5 Std., +/- 300 Hm, Schwindel-
freiheit und Trittsicherheit erforderlich.

F/L/A

13. Tag: Vulkanbesteigung



Gipfelglück! Am frühen Morgen brechen wir auf, um den Vulkan **Pico do Fogo** zu erklimmen – ein unvergessliches Erlebnis. Unterwegs bieten sich uns kolossale Weit- und Einblicke. Der Abstieg über den **jüngsten Ausbruchskrater** und durch die feine Vulkanasche ist Spaß pur!



Wir stärken uns bei einem Mittagessen und verabschieden uns anschließend von unserer gastfreundlichen Familie und dem Feuerberg.

Die anschließende Panoramafahrt führt uns zurück in die Inselhauptstadt **São Filipe**. Übernachtung im besten Hotel der Insel. Genießen Sie von hier den Blick auf das Meer und auf die Nachbarinsel Brava.



Wanderung: Gehzeit 7 Std., +/- 1.080 Hm; anspruchsvoll, Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich

Fahrtzeit: 1,5 Std.

1 Übernachtung im Hotel Xaguete in São Filipe. **F/M/-**

14. Tag: Rückkehr nach Santiago



Am Vormittag machen wir einen **Themenspaziergang** durch den hübschen Inselhauptort São Filipe, der durch seine zahlreichen **gut erhaltenen Herrenhäuser** („Sobrados“) besticht.

Voraussichtlich am Nachmittag Flug nach Santiago. Fahrt in den Südwesten der Insel, nach **Cidade Velha**.



Wir beziehen unsere charmante Unterkunft mit Blick auf das Meer. Der Rest des Nachmittags steht Ihnen zur freien Verfügung.

Stadtführung: 1,5 Std., Inlandsflug: 30 Minuten.

1 Übernachtung in der Pension Baia do Coral in **Cidade Velha**. **F/-/-**

15. Tag: Wanderung in das grüne Ribeira Grande Tal



Kurzer Transfer und Wanderung durch ein vegetationsreiches Tal mit Affenbrotbäumen und Eisvögeln hinunter ans Meer zurück zum **UNESCO-Weltkulturerbe Cidade Velha**.

Kolumbus und viele andere machten hier Zwischenstation auf ihren Entdeckungsfahrten.

Erkundung der ältesten Stadt der Kapverden. Auch ein Besuch der „Rua Banana“ und des Sklavenprangers darf nicht fehlen. Der „Pelourinho“ (Pranger) aus dem Jahre 1512 erinnert an die Geschichte des Sklavenmarktes in **Ribeira Grande**.



Abschiedessen und Transfer zum Flughafen am späten Abend.

Wanderung: Gehzeit ca. 2 Std., - 125 Hm.
Tageszimmer bis zum Abschiedessen in der Pension Baia do Coral in Cidade Velha.

F/-/A

16. Tag: Ankunft in der Heimat



Rückflug in der Nacht nach Lissabon. Ankunft in der Heimat voraussichtlich gegen Mittag.

-/-/-

Programmänderungen, z. B. durch Flugzeitenänderungen oder ungünstige Witterungsbedingungen behalten wir uns vor!

TEILNEHMERINNEN

8 bis 14 Personen

TERMINE UND PREISE

CBS-190927	Fr.	27.09.2019	-	Sa.	12.10.2019	2.990,00 €	
CBS-191004	Fr.	04.10.2019	-	Sa.	19.10.2019	2.990,00 €	
CBS-191011	Fr.	11.10.2019	-	Sa.	26.10.2019	2.990,00 €	
CBS-191018	Fr.	18.10.2019	-	Sa.	02.11.2019	2.990,00 €	G
CBS-191025	Fr.	25.10.2019	-	Sa.	09.11.2019	2.990,00 €	
CBS-191101	Fr.	01.11.2019	-	Sa.	16.11.2019	2.990,00 €	
CBS-191108	Fr.	08.11.2019	-	Sa.	23.11.2019	2.990,00 €	G
CBS-191115	Fr.	15.11.2019	-	Sa.	30.11.2019	2.990,00 €	G
CBS-191122	Fr.	22.11.2019	-	Sa.	07.12.2019	2.990,00 €	
CBS-191129	Fr.	29.11.2019	-	Sa.	14.12.2019	2.990,00 €	
CBS-191220	Fr.	20.12.2019	-	Sa.	04.01.2020	3.100,00 €	G
CBS-191227	Fr.	27.12.2019	-	Sa.	11.01.2020	3.100,00 €	
CBS-200110	Fr.	10.01.2020	-	Sa.	25.01.2020	2.990,00 €	
CBS-200124	Fr.	24.01.2020	-	Sa.	08.02.2020	2.990,00 €	
CBS-200221	Fr.	21.02.2020	-	Sa.	07.03.2020	2.990,00 €	G
CBS-200306	Fr.	06.03.2020	-	Sa.	21.03.2020	2.990,00 €	
CBS-200320	Fr.	20.03.2020	-	Sa.	04.04.2020	2.990,00 €	
CBS-200403	Fr.	03.04.2020	-	Sa.	18.04.2020	3.100,00 €	G

Einzelzimmerzuschlag (2 Nächte nicht garantiert) 260 €

Hinweis für Alleinreisende: Die Buchung eines halben Doppelzimmers ist je nach Verfügbarkeit möglich. Falls zum Zeitpunkt Ihrer Buchung noch kein gleichgeschlechtli-

cher Zimmerpartner angemeldet ist, berechnen wir einen reduzierten Einzelzimmerzuschlag von 60%. Bei voller Belegung des Doppelzimmers wird dieser Zuschlag umgehend gutgeschrieben.

G Garantierte Durchführung ab 2 Personen! Alle Termine mit garantierter Durchführung ab 2 Personen!

Frühbucher sparen bis zu 93 €.

Frühbucherrabatt: 3 % bei Buchung bis zu 6 Monate vor Reisebeginn.

IM PREIS ENTHALTEN

- Flug Frankfurt – Lissabon, Lissabon - São Vicente, Santiago – Frankfurt über Lissabon mit TAP Portugal in der Economy Class
- Inlandsflüge São Vicente – Santiago – Fogo – Santiago
- Fähre Sao Vicente – Santo Antao – Sao Vicente
- Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- Insg. 14 Übernachtungen (2x mit Pool) in DZ, Du/WC, 5x mit Gemeinschaftsbad, Tageszimmer am Abreisetag (s. Unterkünfte)
- 14 Frühstück, 7x Lunchpaket, 4x Mittagessen, 8x Abendessen
- Programm-Details: 11 geführte Wanderungen. Trekkingtour auf Santo Antão mit Gepäcktransfer, Stadtführungen in São Filipe und Cidade Velha, Einblicke in die Kaffeeproduktion, Einkehr in Privathäuser, Eintritte laut Detailprogramm
- Qualifizierte Reiseleitung in Deutsch
- Teilweise lokale Wanderführer
- Hotelsteuer (seit 01.05.2013 obligatorisch), für die Nächte während der Gruppenreise
- Reiseführer (Kapverden, Dumont 2017)
- Infomaterial

OPTIONAL BUCHBARE LEISTUNGEN

- Freiwilliger atmosfair-Beitrag für Ihren Hin- und Rückflug Frankfurt – Kapverden: 62 € pro Person (entspricht einer Menge von 2.790 kg CO₂)*
- Business-Class: ab 850 €
- Innerdeutsche Zubringer: ab 170 €
- Rail&Fly 2. Kl.: 85 €, 155 € in der 1. Klasse
- Reiseschutz. Gern machen wir Ihnen ein Angebot über unseren Partner, der Europäischen Reiseversicherung (ERV) als Jahresschutz oder einmalig für diese Reise.**
- Empfohlene Verlängerungen & Fakultative Ausflüge (s. S. 18/19)

NICHT IM PREIS ENTHALTEN

- Fakultative Ausflüge
- Flughafensicherungsgebühr
- Hotelsteuer (2 € /Nacht, seit 01.05.2013 obligatorisch), für die Verlängerungsnächte außerhalb der Gruppenreise und in Lissabon
- Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt
- Trinkgelder (ca. 70 € für die Reise einplanen) und sonstige persönliche Ausgaben

ES GEHT UMS FLIEGEN UND UM KLIMASCHUTZ*

Flugreisen belasten die Umwelt stark durch den Ausstoß von CO₂. Unsere Erdatmosphäre verträgt jedoch nur eine bestimmte Menge an Kohlendioxid. Um diese Emission auszugleichen, können Flugpassagiere freiwillig einen von den Emissionen abhängigen Klimaschutzbeitrag an die Klimaschutzorganisation atmosfair zahlen, der dazu verwendet wird, erneuerbare Energien in Ländern auszubauen, wo es diese noch kaum gibt, also vor allem in Entwicklungsländern. Damit spart atmosfair CO₂ ein, das sonst in diesen Ländern durch fossile Energien entstanden wäre. Und gleichzeitig profitieren die Menschen vor Ort, da sie häufig zum ersten Mal Zugang zu sauberer und ständig verfügbarer Energie erhalten, ein Muss für Bildung und Chancengleichheit.

nachdenken • klimabewusst reisen



PRIMA KLIMA – CO₂-NEUTRAL REISEN!

Klimafreundlich reisen inklusive. Achten Sie auf unsere Klimaschutz-Zeichen. Bei allen Europareisen kompensieren wir Ihre Flug- oder Bahnreise und alle Transporte in den Zielgebieten über atmosfair. Dazu gehören sämtliche Inlandsflüge, Bahn-, Schiffs- oder Bustransfers. Auch einige der Fernreisen stellen wir durch die CO₂-Kompensation komplett klimaneutral.

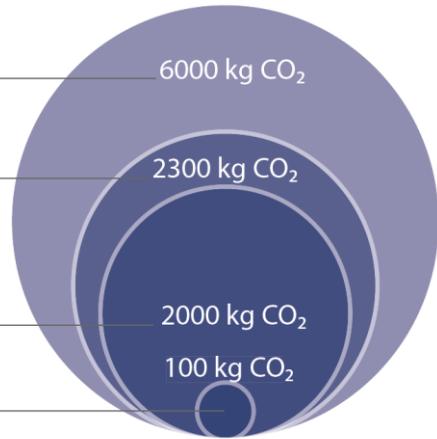
**Frankfurt-Singapur
(Hin und zurück, Economy)**

**Klimabudget einer Person pro Jahr, um
die Klimaerwärmung auf 2° C zu
begrenzen**

Wohnen,
Transport, Freizeit, etc.

**Ein Jahr Autofahren,
35 km pro Tag**

**Kühlschrank,
ein Jahr**



Das Fliegen wirkt sich, wie Sie in der Grafik leicht erkennen können, besonders negativ auf unser Klima aus. Unsere und Ihre Kompensationszahlungen kommen vor allem dem Energiesparprojekt „Neue Energie für Nepal“ zu Gute. Dem Klima ist es gleich, wie und wo es geschützt wird. Hauptsache, es passiert. (Weitere Informationen siehe www.atmosfair.de).

Das Energiesparprojekt „Neue Energie für Nepal“

Nach den verheerenden Erdbeben im April und Mai 2015 in Nepal unterstützt atmosfair den Wiederaufbau von Schulen, Krankenstationen, touristischen Infrastrukturen sowie privaten Haushalten mit erneuerbaren Energien. Je nach Bedarf vor Ort sollen dabei Solar-Panels für Strom, Biogasanlagen und effiziente Öfen zum Kochen sowie solare Warmwasseranlagen zum Einsatz kommen.

Mit Ihrer Spende möchten atmosfair und Reisen mit Sinnen sowohl die Soforthilfe in den Notunterkünften mit mobilen



Energieträgern als auch die längerfristige Instandsetzung der Energieversorgung durch erneuerbare Energien finanzieren. Ziel ist es, so den energetischen Wiederaufbau Nepals mittels CO₂-armen und ressourceneffizienten Technologien zu unterstützen. atmosfair führt dieses Projekt gemeinsam mit dem forum anders reisen, Reisen mit Sinnen und bestehenden Projektpartnern vor Ort durch. So ist garantiert, dass die Hilfe schnell und praktisch ankommt.

ANREISE

Die Anreise erfolgt mit TAP Portugal von Frankfurt über Lissabon nach São Vicente. Der Rückflug startet von Santiago aus nach Frankfurt. Für die Anreise zum Flughafen bieten wir Ihnen sehr gerne Rail&Fly Tickets an. Weitere deutsche Abflughäfen sowie Abflüge ab Wien oder Zürich sind auf Anfrage möglich.

Ebenso haben Sie die Möglichkeit Ihren Flug auf die Business-Class up zu graden. (siehe "Optional buchbare Leistungen")

Ein Stoppover in Lissabon auf dem Hin- oder Rückflug ist ebenfalls nach Rücksprache möglich.

Rail&Fly-Ticket, 2. Klasse, retour	Rail&Fly-Ticket, 1. Klasse, retour
85 €	155 €

VISUM UND EINREISEBESTIMMUNGEN

Für die Einreise benötigen Deutsche, Österreicher und Schweizer einen noch mindestens sechs Monate gültigen Reisepass.

Seit dem 01.01.2019 hat die kapverdische Regierung das Visum für die Einreise europäischer Bürger (inkl. Schweizer Staatsbürger) abgeschafft. Stattdessen wird eine Flughafensicherungsgebühr i. H. 3.400 cve (ca. 31 EUR) bei Einreise fällig. Die Flughafensicherungsgebühr soll zeitnah über ein sog. EASE System online beantragt werden können. Die Einführung in das System ist von offizieller Seite noch nicht erfolgt. Gerne beraten wir Sie detaillierter bei Buchung.

Bei einem Aufenthalt von mehr als 21 Tagen muss das Visum bei der Kapverdischen Botschaft in Berlin zusätzlich beantragt werden (hierzu benötigt die Botschaft Ihren Original-Reisepass. Die Bearbeitungsdauer beträgt mindestens 14 Tage). Weitere Infos unter www.embassy-capeverde.de.

Besondere Impfungen sind für die Kapverden aktuell nicht vorgeschrieben.

Die Einreisebedingungen für weitere Nationalitäten teilen wir Ihnen gerne auf Anfrage mit.

REISESCHUTZ**

Haben Sie bereits an Ihren Reiseschutz gedacht?

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktritts- und Reiseabbruch-Versicherung* zur Deckung der Rückführungskosten bei Unfall oder Krankheit sowie einer Auslands-krankenversicherung. Oft lohnt sich ein Vergleich der Preise der Jahres- und Einzelversicherung. Gerne erstellen wir Ihnen ein konkretes Angebot. Unsere Gäste mit ständigem Wohnsitz in der Schweiz bitten wir, sich für nähere Informationen hierzu an die Vertretung der Europäischen Reiseversicherung in der Schweiz zu wenden.

AKTIVITÄTEN

Sie entdecken die **Naturschönheiten der Kapverden** während 11 Wanderungen auf den **beliebtesten und spektakulärsten Wanderrouten** des Archipels. Die anspruchsvollste Tour ist die Besteigung des Pico de Fogo (ca. 6-7 Stunden und 1.080 Hm). Alle anderen Wanderungen sind moderat bis anspruchsvoll, max. 6 Stunden lang. Ihr Hauptgepäck tragen Sie auf den Wanderungen nicht, es werden Gepäcktransfers organisiert. Beachten Sie, dass die Inseln der Kapverden vulkanischen Ursprungs sind – Trittsicherheit und eine gute Kondition werden vorausgesetzt.

Ihnen steht es frei, die eine oder andere Wanderung nicht mitzumachen. Sprechen Sie diesbezüglich bitte mit Ihrer Reiseleitung.

Stadtspaziergänge durch die historischen Städte Cidade Velha sowie São Filipe bringen Ihnen die Kultur und bewegende Geschichte der Inseln näher.

Mit einem Schuss Flexibilität und Entdeckerlust wird die Reise sicher zu einem Genuss. Vieles ist möglich auf den Kapverdischen Inseln - davon haben wir uns überzeugt. Der Tourismus steckt zum Teil noch in den Kinderschuhen. Expecten Sie bitte nicht die Standards wie in Deutschland – aber dafür eine Menge spannender Erlebnisse. Begegnungen und die landschaftlichen Schönheiten stehen im Vordergrund.

GESTALTEN SIE IHREN TAG – UNSERE EMPFEHLUNGEN

Wir möchten Ihnen sehr gern die Möglichkeit geben Ihre Reise in der Kleingruppe mit zu gestalten. Ihre individuellen Wünsche haben ab sofort Platz bei uns.

Wählen Sie frei aus unseren fakultativen Angeboten. Sie können dieses Zusatzprogramm bei Buchung mitreservieren oder auch vor Ort bei Ihrer Reiseleitung buchen.

Strandspaziergang auf Fogo am 14. Tag



Laufen Sie auf dem pechschwarzen Lavastrand der Feuerinsel mit dem Atlantik an Ihrer Seite. Am Ende erwarten Sie in einer „Oase“ kulinarische Köstlichkeiten bei einem 3-Gänge Menü.

Wanderung: Gehzeit ca. 1,5 Std. (one way)

Inkludierte Leistungen:

3-Gänge-Menü, Guide

Preis pro Person:

20 €

Durchführung ab 2 Personen

Achada Malva-Wanderung auf Fogo am 14.Tag



Unternehmen Sie eine moderate Wanderung in der Nähe von São Filipe. Sie wandern von der Kirche in São Lourenço leicht bergab gen Meer bis zur Achada Malva -dem Gemüsegarten von Fogo, welcher durch eine natürliche Quelle gespeist wird. Je nach Jahreszeit werden hier unterschiedliche Obst- und Gemüsesorten angebaut.

Wanderung: Gehzeit: ca. 2 Std., - 350 Hm, moderat

Inkludierte Leistungen:

Guide, Transfers, Lunchpaket

Preis pro Person:

30 €

Durchführung ab 4 Personen

VERLÄNGERUNGSMÖGLICHKEITEN

Sie haben noch nicht genug gesehen? Bleiben Sie doch noch ein paar Tage und verlängern Sie auf einer der neun bewohnten Inseln! Gerne senden wir Ihnen per Email oder Post weitere Informationen zu den Verlängerungsmöglichkeiten zu.

Städteflair in Lissabon



Genießen Sie noch 2 entspannte Tage in Lissabon, bevor Sie zu Hause ankommen. Ihr 4-Sterne Hotel liegt zentral und fußnah zu allen Sehenswürdigkeiten. Die Transfers in Lissabon erfolgen in Eigenregie. Diese Verlängerung kann auch am Anfang Ihrer Kapverden-Reise erfolgen.

Umbuchung Flug Frankfurt – Lissabon oder umgekehrt
2 Übernachtungen im 4-Sterne Hotel
Mundial **ab 120 €
pro Person**

Badeverlängerung auf der Insel Santiago (Tarrafal)



Entspannen Sie auf der größten Insel Santiago direkt an der kleinen Badebucht. Der beschauliche Ort Tarrafal bietet Erholung mit einer überschaubaren Anzahl von Restaurants und Geschäften.

Umbuchung Rückflug Santiago – Lissabon; Transfer nach Tarrafal, 3 Übernachtungen plus Tageszimmer in einem Doppelzimmer Superior mit Du/WC inkl. Frühstück im King Fisher Village **ab 290 €
pro Person**

TRANSFERS

Die Transfers erfolgen in Kleinbussen (nicht klimatisiert). Sie fliegen vor Ort in der Regel mit Binter Cabo Verde in der Economy Class. Auf den Nordinseln nutzen wir die Personenfähre zwischen São Vicente und Santo Antão (ca. 1 Stunde Fahrtzeit).

UNTERKÜNFTE & VERPFLEGUNG

Bei unserer Auswahl der Übernachtungsmöglichkeiten achten wir stets darauf, Komfort mit einer landestypischen Unterkunft zu verbinden. Wir steuern keine internationalen Hotelketten an. Authentizität ist uns wichtiger als „viele Sterne.



Insel	Unterkunft	Kategorie	Nächte
Lissabon	Star inn	***Hotel	1 Nacht
São Vicente	Terra Lodge oder Oasis Porto Grande	***Hotel	2 Nächte
Santo Antão	Casa Zeca	Pension	1 Nacht
Santo Antão	Casa Mite	Pension	1 Nacht
Santo Antão	Música do Mar & Cecilio / Tiduca	Pension	2 Nächte
Santiago	Tarrafal Residence	Pension	2 Nächte
Fogo	Pensao Christine	Pension	1 Nacht
Fogo	Casa Marisa II	Pension	2 Nächte
Fogo	Xaguete	****Hotel	1 Nacht
Santiago	Baia do Coral	Pension	1 Nacht

Änderungen vorbehalten (in gleichwertiger oder höherer Kategorie)!

In unserem Reisepreis sind das Frühstück, einige Mittagessen und Abendessen enthalten. Abends haben Sie häufig die Möglichkeit zwischen landestypischer und europäischer Kost zu wählen. Bei den nicht enthaltenen Mahlzeiten möchten wir Sie ermutigen, auch einmal auf eigene Faust etwas Neues zu probieren. Auf unseren Wanderungen werden wir uns mit Lunchpaketen verpflegen.

IHRE REISELEITUNG

Bei Reisen mit Sinnen sind Sie immer in guten Händen, natürlich auch während Ihrer Reise. Wir legen Wert auf eine hochwertige und kompetente Reiseleitung. Sie, als unsere Gäste möchten Ihr Reiseziel mit allen Sinnen erleben und erwarten eine fachlich wie persönlich kompetente Reiseleitung, einen Menschen, der das besuchte Land kennt, mit Freude durch das Programm führt und als Vermittler zwischen den Kulturen agiert. Die vielfältigen Ansprüche sind uns und unseren Reiseleitern bekannt. Qualifizierungsworkshops und eine sorgfältige Auswahl sind bei uns obligatorisch. Da wir in der Regel in kleinen Gruppen mit maximal 14 Gästen reisen, hat unsere Reiseleitung die Möglichkeit, auf Ihre individuellen Wünsche direkt einzugehen und das besuchte Land real und authentisch vorzustellen. Ihre Gruppenreise wird von unseren geschulten Reiseleiterinnen Uljana oder Frank begleitet. Alle sind Deutschsprachig und kennen ihr Reiseland durch zahlreiche Besuche. Einige haben sogar eine Zeitlang dort gelebt oder leben dort immer noch. So kann Ihnen die Kultur des Landes, welches Sie besuchen möchten, eindrucksvoll vermittelt werden. Wir setzen auch sehr gern einheimischer InSight-Reiseleiter ein, wenn Sie sehr gut Deutsch sprechen und nach Möglichkeit in Deutschland gelebt haben. Auf unserer Website erfahren Sie welcher Reiseleiter Ihren Reisetern leiten wird. Auch stellen sich unsere Reiseleiter dort persönlich vor: www.reisenmitsinnen.de/reisenmitsinnen/die-reiseleitung. Auch in den „Letzten Reiseinformationen“, die Sie zwei bis drei Wochen vor dem Beginn Ihrer Reise erhalten, stellen wir Ihre Reiseleitung nochmals ausführlich vor.

Uljana Brunzema



Uljana hat ein Studium der Romanistik und Slavistik abgeschlossen und ist seit 14 Jahren Reiseleiterin für Wander- und Kulturreisen. Zudem ist sie Übungsleiterin des Hochschulsports Bonn. Sie ist mit Herz und Seele Reiseleiterin und freut sich auf jede Tour. Zuhause arbeitet sie als Sportlehrerin an der Universität Bonn und ist passionierte Musikerin. Ich spiele Geige und diatonisches Akkordeon.

Frank Hengelhaupt



Nach dem Studium der Geologie zog ihn seine Neugier und sein Interesse für das Organisatorische sowie Fotografie und Film zurück in das Fernsehgeschäft. Für Frank eine gute Mischung zwischen Büro und Wandern. In seiner Freizeit ist er gerne in der Welt unterwegs. Auf den Kapverden ist er regelmäßig einmal im Jahr für mehrere Wochen.

AUSRÜSTUNG UND KLEIDUNG

Nehmen Sie möglichst einen Rollkoffer oder eine bequem zu tragende Reisetasche mit. Während der Wanderungen oder anderer Tagesausflüge empfiehlt sich ein Tagesrucksack – praktisch auch als Handgepäck für den Flug!

Für die Wanderungen empfehlen wir Trekkingschuhe, Kopfbedeckung und eine starke Sonnencreme mit hohem Schutzfaktor.

- Rollkoffer, Rucksack oder Reisetasche
- Tagesrucksack (für Wanderungen)
- leichte Halbschuhe, Sandalen, festes Schuhwerk
- eingelaufene knöchelhohe Wanderschuhe mit Profilsohle (insbesondere für die Vulkanbesteigung)
- Gamaschen (wenn vorhanden für die Vulkanwanderung)
- Wanderstöcke (wenn Sie gewohnt sind, mit diesen zu gehen)
- leichte, atmungsaktive Bekleidung (T-Shirts, dünne Hemden und Hosen)
- (leichte) Regenjacke
- Fleecejacke und langärmelige T-Shirts oder Hemden für abends
- Waschzeug nach persönlichem Bedarf, ein zusätzliches Handtuch
- Badesachen, Badehandtuch und einfache Badesandalen
- Taschen-/Stirnlampe, kleines Taschenmesser
- Fotoausrüstung: genügend Speicherkarten und Akkus
- Sonnenbrille, Sonnencreme (Schutzfaktor mind. 30), Sonnenhut
- Reiseapotheke "Erste Hilfe", persönliche Medikamente, Mückenschutz
- Reisetabletten (wenn Sie zu Kinetose neigen)
- kleiner Reisewecker (Armbanduhr)
- ggf. Ohrstöpsel
- Geldgürtel bzw. Brustbeutel
- Kopien von Pass und internationalem Impfpass
- Bargeld in EUR und VISA-Karte (wenn vorhanden)
- Trinkflasche und Gabel / Löffel für die Lunchverpflegung

Die Liste soll nur als Richtschnur dienen. Wichtig: Nehmen Sie bitte nicht zu viel mit. Bei Fragen zu der notwendigen Ausrüstung stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne mit weiteren Informationen zur Verfügung.

UNSER ENGAGEMENT AUF DEN KAPVERDEN

Seit vielen Jahren sind wir auf den Kapverdischen Inseln aktiv. 2005 haben wir hier die Agentur **vista verde tours** vor Ort gegründet, um auf dem Archipel unser Engagement zu intensivieren. Schon damals war zu erkennen, dass die Kapverden sich touristisch mit rasantem Tempo entwickeln würden. Diese Entwicklung ist vor allem auf den Badeinseln Sal und Boavista zu beobachten, wo Großveranstalter Hotelanlagen bauen und Charterflüge aus Europa zunehmen. Wir versuchen dieser eher pauschaltouristischen Entwicklung entgegen zu wirken, in dem wir unseren Gästen das „Cabo Verde“ mit seiner kulturellen Vielfalt näherbringen und die imposante Natur erleben lassen möchten. Abseits der Sandinseln finden Sie Inseln vor, die noch ein sehr authentisches Leben zeigen. Die Menschen leben hier überwiegend von der Landwirtschaft, vom Fischfang und von den Devisen der Verwandten im Ausland. Tourismus spielt somit für die Einheimischen eine immer wichtigere Rolle als Einnahmequelle. Genau aus diesem Grund engagiert sich Reisen mit Sinnen zusammen mit vista verde tours, indem wir mit unseren Reisen vielen Kapverdiern die Möglichkeit geben über Dienstleistungen, wie z.B. Transport, Guiding, Unterkunft eine Lebensgrundlage zu ermöglichen. Auch unterstützen wir Projekte vor Ort mit Besuchen, Material- oder Geldspenden. Im Folgenden möchten wir zwei Projekte exemplarisch vorstellen.

DELTA CULTURA e.V.– Verein für interkulturelle Kommunikation, Santiago



Leitbild des Vereins ist vor allem der Glaube an die Kraft von Bildung als Grundlage für eine bessere Zukunft. Bildung als Überbegriff für: Kreativität, freie Entfaltung der Persönlichkeit, Verständigung, Selbstverantwortung und Verantwortung für andere, Allgemeinwissen.

Delta Cultura Cabo Verde ist der Trägerverein des Kinder- und Jugendzentrums Tarrafal auf der Insel Santiago. Weitere Informationen: <http://deltacultura.org/de/>

Fogos Kinder e.V.



Der deutsch-kapverdische Förderverein „Fogos Kinder e.V.“ fördert regionale Initiativen und verfolgt eigene soziale Projekte, die der Unterstützung der Kinder, Jugendlichen und ihren Familien auf der kapverdischen Insel Fogo dienen, u.a. Gesundheitsberatung, Bildungs- sowie Freizeitprojekte und die Ausbildung von qualifizierten einheimischen Pädagogen. Weitere Informationen:

http://wordpress1.sao-filipe.com/?page_id=1319

IN EIGENER SACHE: UNSERE PHILOSOPHIE

Reisen mit Sinnen und Nachhaltigkeit



Es ist unser Ziel, den Tourismus in den jeweiligen Reiseländern so zukunftsorientiert und verträglich wie möglich zu gestalten. Wir erfüllen den strengen Kriterienkatalog des „forum anders reisen“ für ein umweltgerechtes und sozial verantwortliches Reisen und plädieren, wie inzwischen über 120 Unternehmen, für einen auf Nachhaltigkeit aufgebauten Tourismus mit besonders hoher Qualität. Als Gründungsmitglied setzen wir uns als einer der ersten für die Belange der Umwelt und der Menschen in den bereisten Ländern ein. Wir beziehen die lokale Bevölkerung in den Reiseländern mit ein und helfen dabei, faire Arbeitsbedingungen zu schaffen.



Corporate Social Responsibility (CSR) bezeichnet die soziale und ökologische Verantwortung von Unternehmen für die Auswirkungen ihrer Geschäftstätigkeit über die gesetzlichen Forderungen hinaus. Um diese Verantwortung wahrzunehmen und zu einer nachhaltigen Entwicklung beizutragen, müssen Unternehmen ihr Kerngeschäft daran ausrichten. Es geht nicht um einzelne „gute Taten“, sondern eine im gesamten Unternehmen verankerte strategische Ausrichtung, die Berücksichtigung der Anspruchsgruppen und eine ethische Unternehmenskultur.

2009 wurde Reisen mit Sinnen als Pilotunternehmen überprüft und mit dem CSR-Siegel ausgezeichnet. 2011 und 2014 wurde das Unternehmen erneut in einer Rezertifizierung anhand des Kriterienkatalogs des forum anders reisen e.V. bewertet und vor allem die Weiterentwicklung verfolgt. Erfolgreich wurden wir beide Male mit dem CSR Siegel ausgezeichnet. Es zeigt uns, dass wir mit unserer Überzeugung und dem Konzentrat für einen fairen Tourismus auf dem richtigen, aber noch langen Weg sind.

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair



In Zusammenarbeit mit dem „forum anders reisen“ entstand 2003 das Projekt atmosfair, welches die Flugproblematik verdeutlicht und zum klimabewussten Reisen aufruft. Gerade Reisen zu anderen Kontinenten erfordern einen

Fernflug, der die Umwelt stark belastet. Um die entstandenen Schadstoffemissionen auszugleichen, können Reisende einen freiwilligen Betrag spenden, der anschließend Energiesparprojekten in Entwicklungsländern zu Gute kommt.

Reisen mit Sinnen engagiert sich bereits seit seiner Gründung weltweit für soziale und naturschutzorientierte Projekte. Zu unseren Partnern gehören unter anderem die

Orang-Utan-Projekte, Red Ape Encounters, das atelier Mar und ein Przewalki-Pferde-Projekt in der Mongolei. Des Weiteren unterstützen wir viele andere Projekte weltweit.

Unterwegs mit Reisen mit Sinnen

Sie reisen in kleinen Gruppen von 4 bis 14 Personen. Bei besonders sensiblen Reisen liegt die maximale TeilnehmerInnenzahl bei 6 oder 8 Gästen. Dies ermöglicht es Ihnen, das jeweilige Reiseland intensiver und mit allen Sinnen zu erleben. Ein hohes Maß an Flexibilität ist garantiert, so dass auf individuelle Wünsche und Bedürfnisse eingegangen werden kann. Eine kleinere Gruppe hinterlässt zudem geringere Spuren im Gastgeberland und ermöglicht einen leichteren Kontakt zur lokalen Bevölkerung.

Reisen mit Sinnen konzipiert seine Reisen im Hinblick auf eine nachhaltige Entwicklung im Reiseland. Dabei ist es uns besonders wichtig, die ökologischen und sozialen Aspekte mit einzubeziehen. Die lokale Agentur vor Ort ist von zentraler Bedeutung, da durch sie das Reiseland sehr authentisch näher gebracht und die lokale Wirtschaft gefördert wird. wählt bewusst Partner, die das Prinzip des nachhaltigen Reisens verinnerlicht haben und aktiv in diesem Bereich arbeiten.

Auf unserer Website

Weitere Informationen zu unserem Leitbild, dem „forum anders reisen“ und unseren Projektpartnern finden Sie unter www.reisenmitsinnen.de/reisenmitsinnen/reisephilosophie.

Den Nachhaltigkeitsbericht von sowie weitere Informationen zum Thema CSR finden Sie unter www.reisenmitsinnen.de/csr-und-nachhaltigkeitsbericht.

Kennen Sie schon unseren Blog? Unter www.oneworldreisen.de/ finden Sie aktuelle Artikel und Wissenswertes zu uns und unseren Destinationen.



Verfolgen Sie uns auch auf Facebook! Klicken Sie auf „gefällt mir“ unter www.facebook.com/reisenmitsinnen und werden Sie Teil des Reisen mit Sinnen - Freundeskreises.

BERATUNG UND BUCHUNG

Ihre Buchungsbestätigung erhalten Sie als PDF-Dokument per E-Mail.

Spätestens zwei Wochen vor Reisebeginn erhalten Sie per Post Ihre Reisedokumente, die „Letzten Reiseinformationen“ mit Teilnehmer- und Hotelliste sowie der Reiseliteratur.



Reisen mit Sinnen
Pardon/Heider Touristik GmbH
Neuer Graben 153
D- 44137 Dortmund

Unsere Website
Kapverden-Wander-Erlebnisreisen

Fon 0049 (0)231 589792-0
Fax 0049 (0)231 164470
info@reisenmitsinnen.de

www.reisenmitsinnen.de
www.kapverdischeinseln.de

Sie erreichen uns montags bis freitags
sowie samstags

09.30 - 13.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr
10.00 - 13.00 Uhr

Das Team Inseln erreichen Sie direkt:

0049 (0)231 589792-60
inseln@reisenmitsinnen.de

Aktueller Stand: Dezember2018

Diese Broschüre wurde auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.

