

## Afrika: Kap Verde Kapverden - Wandern auf 5 Inseln

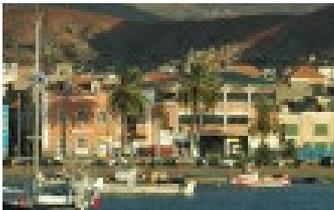
Gummersbach, 17.05.2025

### Highlights

- Santiago, Fogo, São Vicente, Santo Antão, Sal
- Afrika pur auf Santiago
- 3-tägige Trekkingtour auf Fogo zum höchsten Gipfel der Kapverden (2.829 m)
- Kolonialstädte, Traumstrände, Musik

### Reisebeschreibung

Cabo Verde, 1.500 km südlich der Kanarischen Inseln vor der Küste Afrikas gelegen, ist ein Wanderparadies und bezaubert den Reisenden durch die Vielfaltigkeit der Landschaften und die Ursprünglichkeit der Lebensformen. Neben den überwältigenden Naturerlebnissen machen die Begegnungen mit den gastfreundlichen Menschen, ihrer Musik und ihrer Lebensfreude den besonderen Reiz unserer Reise aus. Wir besuchen auf unserer Reise die 5 kapverdischen Inseln Santiago, Fogo, São Vicente, Santo Antão und Sal, gehen wandern, baden im türkisblauen Meer, genießen frischen Schwertfisch und lauschen den melancholischen Klängen der Morna.



### Reiseverlauf

#### 1. - 15. Tag Kapverden Reise - Wandern auf 5 Inseln

##### 1. Tag: Anreise nach Praia

Linienflug nach Praia. 3 Übernachtungen in einem familiären Hotel am Meer bei Cidade Velha.

##### 2. Tag Santiago - Wanderung in der Serra do Antonio

Durch Zuckerrohr und Mangopflanzungen wandern wir in die fruchtbaren Täler der Serra do Antonio und besuchen eine der traditionellen Grogue Brennereien. Gehzeit: ca. 3 Stunden, 11 km, ca. ↑400 ↓600 Hm

##### 3. Tag: Santiago – Hauptstadt und Sklavenmarkt

In Praia besuchen wir den buntesten Markt der Kapverden und machen einen Rundgang durch die Altstadt. Danach wandern wir durch die Ribeira Grande, einem fruchtbaren Oasental mit Affenbrotbäumen und Eisvögeln nach Cidade Velha, der alten Hauptstadt Cabo Verdes und UNESCO Weltkulturerbe. Gehzeit: ca. 2 Stunden, 7 km, ca. ↓300 Hm

##### 4. Tag: Fogo – Zum höchstgelegenen Dorf der Kapverden

Flug nach Fogo. Auf unserer Fahrt hoch zur Caldeira haben wir erste Blicke auf den Bilderbuchvulkan Pico de Fogo (2.829 m). Wanderung über den Pico Pequenho, den jüngsten Vulkan der Kapverden, nach Chã das Caldeiras, wo wir bei einheimischen Gastfamilien übernachten. Am Abend trinken wir den feurigen Fogowein, während über dem Vulkan der grandiose Sternenhimmel aufzieht.

Gehzeit: ca. 3 Stunden, 6 km, ca. ↑200 ↓200 Hm

##### 5. Tag: Fogo – Auf den Pico do Fogo (2829 m)

Einer der eindrucksvollsten Vulkane dieser Erde ist der Pico do Fogo und seine Besteigung ist ein ganz besonderes Erlebnis. Oben am Krater dringen Schwefeldämpfe aus den Spalten und der Blick schweift über das herrliche Gebirgs Panorama. Spaß pur ist der Abstieg: wie im Flug sausen wir hinab durch die feine Asche. Gehzeit: ca. 6 Stunden, 4 km, ca. ↑1000 ↓1000 Hm

#### 6. Tag: Fogo – Lavabecken im Meer und São Filipe

Abstieg durch Mimosenwälder, grüne Kulturlandschaften und Kaffeeplantagen nach Mosteiros. Nach einem Bad in den Lavasteinbecken von Salinas fahren wir nach São Filipe. Die alte Inselhauptstadt bezaubert besonders am späten Nachmittag, wenn die untergehende Sonne die pastellfarbenen Kolonialhäuser in ihr weiches Licht taucht. Gehzeit: ca. 5 Stunden, 14 km, ca. ↑200 ↓1100 Hm

#### 7. Tag: Mindelo (São Vicente)

Flug über Praia nach São Vicente. Ankunft am späten Nachmittag in unserem Hotel, direkt am unberührten Strand von São Pedro gelegen.

#### 8. Tag: Mindelo & Relaxen am weißen Sandstrand von São Pedro

Bei einem Stadtbummel durch Mindelo besuchen wir den Fischmarkt und die Altstadt mit ihren bunten Kolonialbauten. Erkunden Sie am Nachmittag mit Taucherbrille und Schnorchel die faszinierende Unterwasserwelt, machen Sie einen Spaziergang am Strand oder lassen Sie sich noch einmal durch die quirligen Gassen von Mindelo treiben. Abends besuchen wir eine Capoeiraschule, wo wir eingeweiht werden in die Geheimnisse dieses afrikanisch-brasilianischen Kampftanzes. Danach Abendessen in einem Lokal mit kapverdischer Livemusik.

#### 9. Tag: Santo Antão – Das fruchtbarste Tal der Kapverden

Kurzer Schiffstransfer nach Santo Antão. Durch den erloschenen Cova Krater steigen wir heute ab in das fruchtbare Tal von Paúl mit seinen Zuckerrohr-, Papaya- und Maniokterrassen. Standort für unsere Touren der nächsten Tage ist das Fischerdörfchen Ponta do Sol. Auf der Terrasse über dem Meer essen wir am Abend die Cachupa, das kapverdische Nationalgericht, das unsere Wirtin heute zubereiten wird. 2 Übernachtungen in Ponta do Sol. Gehzeit: ca. 4 Stunden, 9 km, ca. ↑200 ↓1000 Hm

#### 10. Tag: Santo Antão – Auf alten Küstenwegen

Entlang der Steilküste gehen wir heute auf alten Steinwegen nach Cruzinha. Wir kommen durch abgelegene Weiler, in denen die Zeit stehen geblieben ist und begegnen Wasserträgern und Maultierkarawanen. Anschließend erwartet uns ein erfrischendes Bad im Meer am schwarzen Lavastrand von Aranha. Gehzeit: ca. 5 Stunden, 15 km, ca. ↑600 ↓600 Hm

#### 11. Tag: Santo Antão – Aufstieg zur Hochebene

Durch das Tal von Coculi, wo in Schwindel erregenden Höhen Terrassenfelder und strohgedeckte Häuser an den Felswänden zu kleben scheinen, steigen wir auf zur kargen Hochebene. Wieder eine ganz andere Landschaft auf dieser so vielfältigen Insel. ÜN in Porto Novo. Gehzeit: ca. 4 Stunden, 6 km, ca. ↑1200 Hm

#### 12. Tag: Santo Antão – Bizarre Schluchten und Felswände – Sao Vicente

Fahrt an der Küste entlang zur oasenhaften Ribeira das Patas. In Serpentina windet sich von hier unser Weg die Felswand Bordeira del Norte hinauf. Beim Aufstieg staunen wir über die Kunst der kapverdischen Wegebauer. Beim Picknick bei einer einheimischen Familie genießen wir die grandiose Aussicht auf den Tope de Coroa, den höchsten Berg Santo Antãos. Am Nachmittag bringt uns ein kurzer Schiffstransfer zurück nach São Vicente. ÜN in Mindelo. Gehzeit: ca. 5 Stunden, 9 km, ca. ↑600 ↓800 Hm

#### 13. Tag: Flug nach Sal – Sonne, Strand, Oasen und Meer

Flug nach Sal. Unser familiäres Hotel befindet sich unweit des Strandes von Santa Maria.

#### 14. Tag: Am Strand von Santa Maria

Alternativ zu einem Relaxtag am karibisch anmutenden Traumstrand, können sie mit Ihrem Guide auch im offenen Pick up durch die Wüste zu den Salinen von Pedra Lume fahren (fakultativ). Hier wird in einem Vulkankrater das Salz abgebaut, das der Insel ihren Namen gegeben hat. Mittlerweile zum lebhaften Zentrum des Aktivtourismus der Kapverden geworden, bietet das Fischerdorf Santa Maria viele Möglichkeiten zum Surfen, Windsurfen, Tauchen und Strandwandern. Am späten Abend Transfer zum Flughafen.

#### 15. Tag: Rückflug & Ankunft in Deutschland

Abreise in der Nacht und Linienflug via Lissabon zurück nach Deutschland. Die Ankunft erfolgt am selben Tag.

[Eine Übersicht mit weiteren Afrika Reisezielen finden Sie hier.](#)

, (0x Frühstück / 0x Mittagessen / 0x Abendessen)



## Enthaltene Leistungen :

- Linienflug mit TAP ab/an Frankfurt via Lissabon nach Praia/von Sal inkl. Tax
- Inlandsflüge Praia – Fogo, Fogo via Praia – São Vicente, São Vicente – Sal
- Fähriüberfahrt von São Vicente nach Santo Antão und zurück
- Alle Transfers in Minibussen oder Taxis
- Gepäcktransport während der gesamten Reise
- 13 Übernachtungen: 11 Ü. in familiären Pensionen und Hotels im DZ mit Dusche/WC, 2 Ü. in einfachen Privatquartieren mit Gemeinschaftsdusche und WC
- Zimmerbenutzung am 14. Tag im Hotel auf Sal bis zur Abreise
- Kapverdische Hotelsteuer
- 13 x Frühstück, 7 x Abendessen, Vollverpflegung an 3 Tagen während der Trekkingtour auf Fogo
- Rundreiseprogramm mit 9 geführten Wanderungen
- Deutschsprachige Reiseleitung

## Nicht enthaltene Leistungen :

- Einzelzimmerzuschlag: 390,- €
- Visum Kapverden 45,- €
- Rail & Fly ab/an allen dt. Bahnhöfen 79,- €
- andere Abflughäfen auf Anfrage
- Trinkgelder, nicht genannte Mahlzeiten, Getränke

## Teilnehmer/innen

Mindestanzahl von Personen: 5

Maximalanzahl von Personen: 14

TERMINE UND PREISE			
vona	bis	Plätze	Preis in €

Viele =  Wenige =  keine = 