

Afrika: Kap Verde

## Aktivreise Kapverden - Wandern auf 4 Inseln

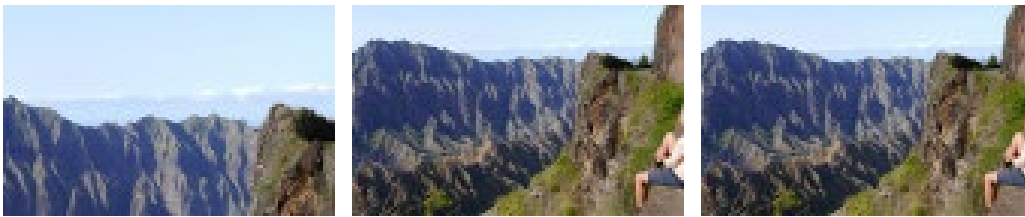
Gummersbach, 17.05.2025

### Highlights

- Spektakuläre Wanderungen in den Gebirgswelten von Santo Antão und Fogo
- Gipfelbesteigung des Pico de Fogo: die Vulkaninsel im 360°-Panorama
- Afrikanische Wurzeln in der Serra Malagueta entdecken
- Auf den Spuren der Sklavenzeit im UNESCO-Weltkulturerbe Cidade Velha
- Per Pedes Dörfer durchstreifen – mit Einkehr in Privathäusern

### Reisebeschreibung

Auf insgesamt 11 Wanderungen auf 4 der 9 Inseln erkunden wir die fantastische Landschaft und atemberaubend schroffe Bergwelt der Kapverden, erleben herzliche Gastfreundschaft und palmengesäumte Sandstrände. Die optionale, anspruchsvolle Gipfelbesteigung des Pico do Fogo rundet das perfekte Wandererlebnis mit Inselfeeling ab!



### Reiseverlauf

#### 1. - 16. Tag Kapverden Rundreise - Wandern auf 4 Inseln

##### 1. Tag: Flug Deutschland – Lissabon

Ein Linienflug bringt uns heute von Deutschland nach Lissabon. Hier beziehen wir unsere Zimmer im Hotel am Flughafen. -/-/-

##### 2. Tag: Flug Lissabon - Sao Vicente

Ein Linienflug bringt uns von Lissabon nach São Vicente, Ankunft ist am frühen Mittag. Ein gemeinsamer Transfer bringt uns in die heimliche Hauptstadt der Kapverden: die lebhafteste Hafenstadt Mindelo.

Beim gemeinsamen Abendessen in einem typischen Fischrestaurant, setzen wir uns mit unserer Reiseleitung zusammen und gehen das Wanderprogramm der nächsten Tage auf Santo Antão durch.

Übernachtung in der Residencial Mindelo Pension. F/-/A

##### 3. Tag: Mit der Fähre ins Wanderparadies Santo Antao

Mit der Fähre setzen wir über 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. Eine spektakuläre Fahrt bringt uns über die alte Passstraße zum Ausgangspunkt unserer Wanderung.

Wir genießen ein typisch kapverdisches Mittagessen und beginnen anschließend die Trekkingtour 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., Gesamtfahrtzeit: 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 Antanos

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. Am Nachmittag beziehen wir unser Eco-Resort, welches sich direkt am Meer

befindet.

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

2 Übernachtungen im Mami Wata Eco-Village in Chã de Igreja. / F/M/A

#### 5. Tag: Auf Eselspfaden zur Cha 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. Bei guter Sicht können wir sogar die gesamte Insel überblicken, erhalten Tiefblicke in die nahen Kerbtäler und bis zum höchsten Berg der Insel. Unterwegs begegnet uns die Herzlichkeit der Menschen.

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

#### 6. 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.

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

1 Übernachtung in der Pension Música do Mar oder im Hotel Tiduca in Ponta do Sol. / F/M/-

#### 7. Tag: Im grünen Paul-Tal

Ein weiteres Highlight bei unseren Wanderaktivitäten auf den Kapverden steht heute an: Die Rundwanderung durch das Paul-Tal. Es besticht durch seine tropische Vegetation aus Mangobäumen, Kaffee, Zuckerrohr und Drachenbäumen.

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 in der Residencial Mindelo (oder Porto Grande) in Mindelo. / F/M/-

#### 8. Tag: Das Landesinnere von Santiago

Heute nehmen wir den Inlandsflug nach Santiago, dem größten Eiland des Archipels. Unsere Fahrt führt uns durch das Landesinnere in die zweitgrößte Stadt Santiagos, nach Assomada. Die Stadt selber besticht durch ihren lebendigen Markt und ihre afrikanischen Händler. Über den Gebirgszug der Serra Malagueta fahren wir weiter zu unserer Unterkunft im Küstenort Tarrafal.

Wer Lust hat, erfrischt sich nachher im kühlen Meer.

Inlandsflug: 50 Min.; Gesamtfahrtzeit: 2 Std.

2 Übernachtungen in der Pension Tarrafal Residence in Tarrafal. / F/M/-

#### 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 dominieren und steigen hinauf auf Bergrücken, von wo wir mit etwas Glück das tiefblaue Meer sehen können. Unterwegs begegnen wir Frauen und Männern bei ihrer täglichen Arbeit - traditionell Mais stampfen, Wäsche waschen oder Feldarbeit.

Anschließend bringt ein Transfer uns zurück nach Tarrafal.

Wanderung: Gehzeit: ca. 4 Std., +100 Hm / -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/M/-

#### 10. Tag: Auf zur Feuerinsel Fogo

Voraussichtlich morgens Flug nach Fogo. 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.

1 Übernachtung in der Pension Christine in Mosteiros. / F/M/A

#### 11. Tag: Durch den größten Wald der Inseln

Bei der heutigen Wanderung durch den Monte Velha, dem größten zusammenhängenden Wald der Kapverden, wandern wir von Pai Antonio über den Kraterrand 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 Sterndeutung auskennt, denn nirgends auf den Kapverden ist man den Sternen näher als hier.

Wanderung: Gehzeit ca. 5-6 Std., + 1.350 Hm.

2 Übernachtungen in der familiären Pension Casa David (ggf. Gemeinschaftsbad, Kaltwasser und nur zeitweise Strom) am Fuße des Vulkans. / F/M/A

#### 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 Kraterlandschaft umschließt.

Heute schauen wir uns die Nordseite des Bordeirarückens 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, Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich/ F/M/A

### 13. Tag: Vulkanbesteigung

Gipfelglück! Am frühen Morgen brechen wir auf, um den Vulkan Pico do Fogo mit 2.829 Hm 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. 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 Xaguate oder Savana in São Filipe. / F/M/-

### 14. Tag: Rückkehr nach Santiago

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

Voraussichtlich am Nachmittag geht unser Flug nach Santiago, wo wir in den Südwesten der Insel fahren, nach Cidade Velha. Wir beziehen unsere Unterkunft mit Blick auf das Meer. Der Rest des Nachmittags steht Ihnen zur freien Verfügung.

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

1 Übernachtung im Hotel Vulcão in Cidade Velha. / F/-/-

### 15. Tag: Wanderung in das grüne Tal Ribeira Grande

Nach einem kurzen Transfer wandern wir durch ein vegetationsreiches Tal, in dem Affenbrotbäume wachsen und Eisvögel leben, hinunter ans Meer zurück zum UNESCO-Weltkulturerbe Cidade Velha. Kolumbus und viele andere machten hier Zwischenstation auf ihren Entdeckungsfahrten. Wir erkunden die älteste 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. Sklaven aus Guinea-Bissau und aus Sierra Leone wurden von hier aus nach Brasilien und in die Karibik verschifft. Den Abend lassen wir mit einem mehrgängigen Abschiedsessen bei Meeresrauschen ausklingen, bevor wir zum Flughafen fahren.

Wanderung: Gehzeit ca. 2 Std., - 125 Hm.

Tageszimmer bis zum Abschiedsessen im Hotel Vulcão oder Baia do Coral in Cidade Velha. / F/M/-

### 16. Tag: Ankunft in der Heimat

Über Lissabon geht ihr Flug zurück in die Heimat. Voraussichtlich kommen Sie gegen Mittag an Ihrem Heimatflughafen an. -/-/-

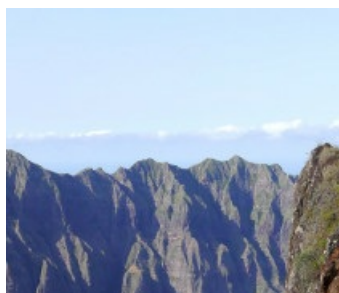
**Anforderungen:** Sie entdecken die Naturschönheiten der Kapverden während 11 Wanderungen auf den beliebtesten und spektakulärsten Wanderrouten des Archipels. Die anspruchsvollste Tour ist die Besteigung des Pico de Fogo (ca. 6-7 Stunden und 1.080 Hm). Alle anderen Wanderungen sind moderat bis anspruchsvoll, 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. Erwarten Sie bitte nicht die Standards wie in Deutschland – aber dafür eine Menge spannender Erlebnisse. Begegnungen und die landschaftlichen Schönheiten stehen im Vordergrund.

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



## Enthaltene Leistungen :

- Flug Frankfurt–São Vicente, Santiago–Frankfurt (Economy Class)
- Inlandsflüge São Vicente–Santiago–Fogo–Santiago
- Fähre São Vicente–Santo Antão–São Vicente
- Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- Insg. 14 Übernachtungen (3x mit Pool) in DZ, Du/WC, 1x mit Gemeinschaftsbad, Tageszimmer am Abreisetag
- 14x Frühstück, 7x Lunchpaket, 4x Mittag-, 8x Abendessen (tlw. mehrgängig)
- 11 Wanderungen, 2 Stadtführungen, private Kaffeeproduktion, Einkehr in Privathäuser, Eintritte laut Detailprogramm
- Qualifizierte Reiseleitung in Deutsch
- Teilweise lokale Wanderführer
- Hotelsteuer
- Infomaterial
- CO2-neutral reisen! Flug und Landprogramm zu 100 % kompensiert

## Nicht enthaltene Leistungen :

- Einzelzimmerzuschlag: 470,- € (an 2 Nächten kann ein EZ nicht garantiert werden)
- Flughafensicherungsgebühr von 31 €
- Rail & Fly 2. Kl.: 85 €
- Business-Class Flüge: ab 850 €
- Innerdeutsche Zubringer: ab 170 €
- Fakultative Ausflüge
- 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

## Teilnehmer/innen

Mindestanzahl von Personen: 8

Maximalanzahl von Personen: 14