

## **Kapverden Von Insel zu Insel (14 Tage)**

**NEUES Programm ab 2026 – Alle Flüge ab/bis Wien!**

### **Reisekurzbeschreibung**

- **Wanderrundreise mit den Höhepunkten der Kapverden auf den 5 Inseln Santiago, Fogo, São Vicente, Santo Antão und Sal**
- **Afrika pur auf Santiago**
- **3-tägige Trekkingtour auf Fogo zum höchsten Gipfel der Kapverden (2829 m)**
- **Uralte Pfade auf Santo Antão**
- **Kolonialstädte, Traumstrände und Musik**

Cabo Verde, 1.500 km südlich der Kanarischen Inseln vor der Küste Afrikas gelegen, ist ein Wanderparadies und bezaubert den Reisenden durch die Vielfältigkeit 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.

Santiago ist die afrikanischste Insel der Kapverden. Abgelegene Dörfer, grüne Täler und spannende Zeugnisse der turbulenten Geschichte Cabo Verdes.

Ein Höhepunkt der Reise ist die dreitägige Trekkingtour über Fogo mit ihren bizarren Vulkanlandschaften und der Besteigung des 2.829 m hohen Pico do Fogo. Am Fuß des Vulkans wohnen wir in Chã das Caldeiras bei einheimischen Gastfamilien.

In der Hafenstadt Mindelo ist der bunte Mix aus portugiesisch-kolonialen Einflüssen und afrikanischer Lebensfreude besonders spürbar. Von unserem komfortablen Hotel aus, am schönsten Sandstrand São Vicentes gelegen, erkunden wir diese faszinierende Stadt und erleben am Abend die berühmte Musik Cabo Verdes.

Auf uralten Wegen, von den Einheimischen noch benutzt, um zu ihren Feldern und Dörfern zu gelangen, wandern wir durch die immergrünen, bis zu 2.000 m hohen Gebirgslandschaften Santo Antãos mit ihren tropischen Tälern, Zuckerrohr-, Kaffee- und Maniokplantagen. Wir wohnen in familiären Pensionen in den Fischerdörfern Ponta do Sol und Porto Novo.

Ausklingen lassen wir diese Reise am perlweißen Strand von Santa Maria. Wir baden im türkisblauen Meer, genießen frischen Schwertfisch und lauschen noch einmal den melancholischen Klängen der Morna.

**++ Reiseablauf ++**

**1. Tag: Anreise nach Praia**

Linienflug nach Praia. 2 Übernachtungen in einem familiären Hotel am Meer bei Cidade Velha.

**2. 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. 3 Stunden, 5 km, ca. ↓200 Hm

**3. 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. ↑300 ↓350 Hm

**4. 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 Steinspalten 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. 7 Stunden, 10 km, ca. ↑1100 ↓1100 Hm

**5. 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. 4,5 Stunden, 10 km, ca. ↑10 ↓1250 Hm

**6. 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.

**7. 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 Lifemusik.

**8. 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. 3 Stunden, 7 km, ca. ↑1110 ↓1000 Hm

### **9. 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. ↑850 ↓850 Hm

### **10. 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. 1 Übernachtung in Porto Novo. Gehzeit: ca. 4,5 Stunden, 9 km, ca. ↑1200 ↓55 Hm

### **11. Tag: Santo Antão – Bizarre Schluchten und Felswände**

Fahrt an der Küste entlang zur oasenhaften Ribeira das Patas. Auf unserer Wanderung nach Altomira durchqueren wir ein tief eingeschnittenes Erosionstal und erkunden diesen bizarren Teil der Berglandschaft Santo Antãos. Danach Überfahrt nach Mindelo. 1 Übernachtung in Mindelo. Oder alternativ Fährüberfahrt am nächsten Morgen je nach Flugzeit.  
Gehzeit: ca. 3 Stunden, 7 km, ca. ↑550 ↓250 Hm

### **12. Tag: Sal – Sonne, Sand, Oasen und Meer**

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

### **13. 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.

### **14. Tag: Rückflug und Ankunft in Deutschland**

Abreise in der Nacht und Linienflug via Lissabon zurück.

#### **Leistungen:**

- ✓ Linienflug mit TAP ab/an **Wien** ohne Aufpreis  
via Lissabon nach Praia und retour von Sal inkl. Flughafensteuern, Economy Class
- ✓ Inlandsflüge Praia – Fogo, Fogo via Praia (eventuell Fährüberfahrt) – São Vicente, São Vicente - Sal
- ✓ Fährüberfahrt von São Vicente nach Santo Antão und zurück
- ✓ Alle Transfers in Minibussen oder Taxis
- ✓ Gepäcktransport während der gesamten Reise
- ✓ **12 Übernachtungen:** 10 Ü. in familiären Pensionen und Hotels im DZ mit Dusche/WC, 2 Ü. in einfachen Privatquartieren mit Gemeinschaftsdusche und WC
- ✓ Zimmerbenutzung am 13. Tag im Hotel auf Sal bis zur Abreise

- ✓ Kapverdische Hotelsteuer
- ✓ **12 x Frühstück, 6 x Abendessen und Vollverpflegung an 3 Tagen während der Trekkingtour auf Fogo**
- ✓ Rundreiseprogramm mit **8** geführten Wanderungen
- ✓ Deutschsprachige Reiseleitung

**Nicht enthalten:**

- ✓ Einreisesteuer und Flughafensicherheitsgebühren

**Gruppengrößen:**

Mindestens 6 Personen, maximal 14 Personen

**Anforderungen an Reiseteilnehmer/innen:**

Technisch einfaches Wandern für trittsichere Bergwanderer mit durchschnittlicher bis guter Kondition bei Wandergehzeiten von 2 bis 7 Stunden. Wir wandern jeweils mit leichtem Tagesrucksack. Das Hauptgepäck steht uns täglich zur Verfügung.

**Infos zum Reiseziel:**

Die Kapverden sind ein Land, in dem, außer die Tourismuszentren Sal und Boa Vista, die touristische Infrastruktur noch nicht sehr weit entwickelt ist. Es gibt Pensionen und Unterkünfte in den verschiedensten Kategorien und auch eine ganze Reihe an Restaurants. Jedoch haben sich diese mehr nach den Vorstellungen der Einheimischen entwickelt und noch nicht so stark an die Erwartungen vieler ausländischer Gäste angepasst.

Wir haben eine Bandbreite an Unterkünften, die von einfachen Übernachtungen bei einer Bauernfamilie über kleine familiengeführte Hotels bis zum 4-Sternehotel reicht. Auch diese Bandbreite von Unterkünften trägt dazu bei, dass unsere Gäste einen Eindruck von der Vielfalt der Kapverden bekommen. Bei der Auswahl der Unterkünfte bevorzugen wir einheimische Anlagen und achten besonders auf eine landestypische Atmosphäre. Eine wichtige Rolle spielt auch die langjährig gewachsene Zusammenarbeit mit den Leistungsträgern und dafür sind wir geschätzt als verlässlicher Partner.

Sie befinden sich in Afrika. Bitte rechnen Sie vor allem um Fogo teilweise mit Wassermangel. Hier übernachten Sie in einer familiären Pension. Das Wasser zum Waschen und Zähneputzen wird aus einer Tonne geschöpft ist jedoch sauber! Genießen Sie das familiäre Ambiente, das gute Essen aus selbst angebauten Zutaten und die grandiose Umgebung. Luxusverzicht ist hier gegeben.

Die Leute sind sehr freundlich und entgegenkommend. Überhaupt ist die Mentalität der Kapverdianer eher gekennzeichnet von einer offenherzigen Gelassenheit und etwas mangelndem Geschäftssinn. Bitte erwarten Sie sich keine europäischen Normen und keinen internationalen Standard.

Die Kapverden sind ein Land, in dem immer noch 80% der Bevölkerung arm sind und morgens, mittags und abends Cachupa (Eintopf aus Mais und Bohnen) essen. Die Versorgung zum Beispiel mit Rindfleisch und nicht auf den Inseln wachsendem Obst und Gemüse ist sehr lückenhaft. Für unsere Gäste bemühen wir uns während der Reise soweit es möglich ist die unterschiedlichsten Gerichte mit Fisch, Fleisch, Hühnchen, Gemüse etc. anzubieten.

Programmänderungen vorbehalten!