

Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

Kapverden - die Insel Santo Antão

Eine 14-tägige Reise in ein kleines Paradies. Elf Tage davon auf der traumhaft schönen Insel Santo Antão mit sechs bis sieben geführten Wanderungen durch spektakuläre Landschaften und mit drei Erholungstagen am Meer.

Ein kurzer Aufenthalt auf der Insel São Vicente, der aus Transitgründen nötig ist, aber durch die lebendige Stadt Mindelo, in der wir uns einquartieren, überaus reizvoll und lohnend ist.

Die Insel Santo Antão ist in vielerlei Hinsicht bemerkenswert: die unglaublichen Landschaften und die Wandermöglichkeiten, die uralte Kulturlandschaft, die freundlichen, herzlichen Menschen und nicht zuletzt durch die Küche und den berühmten Zuckerrohrschnaps der Insel, den Grogue.

Komplett geführt von mir - Frank Sühnel.

Die Kapverdeninsel Santo Antão

Die Kapverden, eine Inselgruppe im Atlantik etwa 1000 Kilometer südlich der Kanarischen Inseln und 600 Kilometer vor der Küste Westafrikas, bestehen aus neun bewohnten und einigen unbewohnten Inseln. Die Eilande unterscheiden sich hinsichtlich ihres landschaftlichen Charakters sehr. Die meisten Inseln sind sehr trocken, haben wenig Vegetation. Santo Antão bildet da eine Ausnahme. Es ist die zweitgrößte Insel und zugleich ein Wanderparadies. Vor allem im Nordosten von Santo Antão bleiben die Wolken an den bis zu 1600 Meter hohen Bergen hängen und sorgen so für Niederschlag, der in den Tälern ein üppiges tropisches Paradies entstehen lässt. Der Westen, wenn auch noch höher, bis 1950 Meter, ist dagegen recht trocken und von völlig anderer Art als der Osten.

Zahlreiche alte Wege durchziehen das zerklüftete vulkanische Land, die nun auch von den -noch recht wenigen- Wanderern genutzt werden. Diese Pfade sind oft abenteuerlich, durchqueren scheinbar unüberwindliche Felswände und führen durch die irrsten Landschaften. Üppig grüne Täler, raue, wilde und erstaunliche Lavafelsen und feuchte Wälder in den Höhenlagen und immer wieder fantastische Blicke erwarten den Wanderer. Und oft gibt es am Ende des Weges eine kleine Bar, wo man mit den unglaublich freundlichen, aufgeschlossenen Kapverdiern in Kontakt kommt. Und die Küche ist, vor allem mit dem vielen herrlichen Fisch und dem exotischen Gemüse und Früchten, schon allein eine Reise wert. Dazu der Grogue, der Zuckerrohrschnaps, der einzigartig ist.



Persönliche Bemerkung in eigener Sache

Susi und ich haben vor nun mittlerweile einigen Jahren die Insel(n) für uns entdeckt und wir beide waren so begeistert, dass wir diese Begeisterung gern weitergeben wollten. So entstand die erste Reise mit Gästen. Im Laufe der Jahre und vielen Inselbesuchen mit und ohne Mitwanderern ist aus der anfänglichen Begeisterung und noch nicht so großer Ortskenntnis eine Liebe geworden und ein gewisses „Auskennen“. Dennoch erwartet den Reisetilnehmer kein durchgestylter standardisierter Wanderurlaub wie es ihn von inzwischen vielen Anbietern gibt, sondern eine höchst individuelle Reise mit mir als Wanderleiter auf den mittlerweile vielen Wegen, die ich kenne und zu den Orten, die uns fasziniert haben, sowohl landschaftlich als auch kulinarisch wie menschlich.

Die Reise beschränkt sich auf die Insel Santo Antão (und aus Anreisegründen auf São Vicente), weil sie die Insel mit den besten

Wandermöglichkeiten ist und selbst in 14 intensiven Tagen nicht komplett entdeckt werden kann. Und weil das sogenannte "Inselhopping" viel Zeit und Geld kostet und keine der besuchten Inseln dabei wirklich kennen gelernt wird. Knapp 14 Tage in diesem Paradies lassen den Besucher gründlich eintauchen und nicht nur an der Oberfläche kratzen. Für die südlichen Inseln, die nicht minder faszinierend sind, biete ich inzwischen eine eigene Reise an.

Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

Reisebeschreibung

Flug bis São Vicente (meist über Lissabon, eventuell ist eine Zwischenübernachtung notwendig).

1. Tag

Ankunft São Vicente, Transfer nach Mindelo in die Pension. Wir wohnen bei Manuel, der perfekt deutsch spricht und uns wunderbar auf die Kapverden einstimmt.



2.Tag

Stadttrudgang Mindelo mit Besuch Fischmarkt, nachmittags Baden am Stadtstrand
Übernachtung Mindelo, Frühstück

3. Tag

Fährfahrt nach Santo Antão, Fahrt ins Paúl-Tal und Start der ersten Tour: Durch üppiges Grün auf von den Einheimischen rege genutzten Fußwegen lernen wir die kleinteilige Landwirtschaft Santo Antãos kennen. Allerlei exotische Gewächse erweitern das Pflanzenwissen. In Chã de Padre kehren wir kurz ein, bevor es anstrengend wird. Über einen uralten Pfad, den sich Bauern und Wanderer nun teilen, geht es in Serpentina immer steiler aufwärts. Wir durchwandern Kaffeeplantagen, Zuckerrohrfelder und gepflegte Terrassenfelder. Bis es zu steil wird für die Landwirtschaft. Gewaltige Felsen bilden den Kraterrand, über den wir plötzlich schauen. Gemütlich nun geht es am Rande des großen Kraters zur Straße, wo wir von unserem Fahrer erwartet werden. Aber nicht im Bus einschlafen, die Fahrt hinab nach Ribeira Grande ist spektakulär! Wir erreichen die Pension, in der unser Gepäck schon angekommen ist. In der Cantinho de Amizade, in der wir zu Abend essen werden, freut sich die Mannschaft auf uns. Gehzeit ca. 5-6 Stunden, 1.100 Höhenmeter hoch, 200 hinunter
Übernachtung Ribeira Grande, Frühstück

4.Tag

Wanderung Ribeira Grande - Chã da Mato:

Fahrt nach Xoxo zum Startpunkt, Wanderung durch ein schönes exotisches Tal und über steile Hänge auf alten Serpentinawegen und über einen Gebirgskamm hinauf nach Chã da Mato. Wir erleben Landwirtschaft auf an extremen Steillagen angelegten Terrassenfeldern, die man so vielleicht nur aus den Anden kennt. Ein am Anfang des Weges stehender uns riesig erscheinender Felsturm wird mit zunehmendem Aufstieg immer kleiner... Eine spektakuläre Wanderung! Rückfahrt nach Ribeira Grande.

Unterwegszeit ca. 5 Stunden, 1.300 Meter im Aufstieg, 300 Meter im Abstieg,
Übernachtung Ribeira Grande, Frühstück

5. Tag

Spektakuläre Küstenwanderung im Norden:

Fahrt nach Chã de Igreja. Der erste Teil der Strecke geht auf der fast unbefahrenen Straße nach Cruzinha, wo wir uns noch mal stärken. Durch wüstenartiges Gelände erreichen wir einen Strand, wo die Füße im Wasser gekühlt werden können. Von dort führt der Weg durch die Felswand direkt über der rauen Küste, unglaublich. Ein verlassenes Dorf, zwei bewohnte Weiler unterwegs. Alles nur zu Fuß zu erreichen. Das kühle Bier, welches wir genießen, haben Esel auf ihrem Rücken herangeschleppt. Bevor wir ins malerische Fontainhas gelangen haben wir noch



den längsten Anstieg des Tages zu bewältigen, den Kreuzweg hinauf zum Pass. Mit immer herrlichen Blicken auf das Meer und die Silhouetten der Felsen erreichen wir Ponta do Sol, von wo wir nach Ribeira Grande fahren.

Gehzeit ca. 7 Stunden, 700 Meter hoch und runter
Übernachtung Ribeira Grande, Frühstück

6. Tag.

Kurze Fahrt nach João Afonso, wo wir unsere Tour starten. Durch landwirtschaftlich genutzte Hänge und durch ein kleines Dorf hindurch bis hinauf ins Hochland um Lagoa. Das ist das Lebensgefühl Santo Antãos! Immer bergauf windet sich der Pfad bis Lombo de Pedra, wo wir das Hochland erreichen. Die Vegetation ändert sich schlagartig. Plötzlich wandern wir in duftenden Pinienwäldern. Zielort ist Espongeiro, wo wir uns erfrischen können. Wir drehen noch eine kleine Extrarunde durch märchenhaften Wald mit riesigen Säulenzypressen, Grevillen und Kiefern nach Escovadinha und weiter bis Chã de Aqua, von wo wir wieder hinab nach Ribeira Grande fahren.

Gehzeit ca. 7 Stunden, 1.500 Meter im Aufstieg, ca. 450 Abstieg.
Übernachtung Ribeira Grande, Frühstück

Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

7. Tag

Wanderung Pico da Cruz - St. Isabella - Pico da Cruz. (Eine von Susi's und meiner absoluten Lieblingstouren!) Abenteuerliche Fahrt nach Pico da Cruz auf 1.500 Metern Höhe gelegen. Durch üppigen grünen Wald gelangen wir an die Kante, wo der Abstieg startet. Über einen irren Felsgrat führt der gesetzte Pfad mal extrem steil mal gemütlich immer hinab bis in das grüne Tal von Santa Isabella. Man hält es kaum für möglich, dass da ein Weg entlangführt. Immer wieder hat der Wanderer tolle Blicke ins Paúl-Tal und über den östliche Teil der Insel. Auf der anderen Talseite steigt der Pfad wieder an, quert noch eine Ribeira und windet sich hinauf zu den Casas de Tope und immer weiter in irrsinnigen Serpentinaen hinauf in den Wald um Pico da Cruz. Den Abschluss bildet der Pico da Cruz selbst (1.585m). Am Ende besuchen wir, so er da ist, den legendären Dr. Pitt. Geschafft, aber glücklich fahren wir wieder hinab nach Ribeira Grande.

Gehzeit ca. 8 Stunden, 1.000 Meter hoch und runter.

Übernachtung Ribeira Grande, Frühstück



8. Tag

Ruhetag: Vormittag zur freien Verfügung. Ausflug nach Ponta de Sol möglich.

Nachmittags Ortswechsel,

Fahrt von Ribeira Grande nach Chã de Morte, Bezug der dortigen Pension.

Übernachtung Chã de Morte, Frühstück/ Abendessen

9. Tag

Wanderung Chã de Morte - Forquinha - Alto Mira III:

Von Chã de Morte, durch das Patas-Tal und den Canyon erst leicht ansteigend, dann auf steilen Serpentinaenweg immer hinauf nach Forquinha und durch den "Gabelpass" mit seinen irren Basaltmauern. Die Landschaft verändert sich hinter dem Pass völlig. Vor dem Betrachter liegt das wunderschöne Alto Mira Tal, umsäumt von 1.000 Meter hohen Felswänden. Von da hinab nach Alto Mira III. Weiter zum Sellado de Alto Mira (Passstraße) und von da Fahrt in die Pension.

Gehzeit ca. 5 Stunden, ca. 500 Meter im Auf- Abstieg,

Übernachtung Chã de Morte, Frühstück/Abendessen



10. Tag

Rundwanderung auf die Bordeira de Norte - die ultimative Wanderung!

Mit dem Aluguer ein Stück in Richtung Sellado de Alto Mira, Aufstieg in die 800 Meter hohe Wand der Bordeira de Norte. Auf altem, aber neu hergerichteten, Weg durch die scheinbar unüberwindliche Wand hinauf auf das Hochland. Auf der Kante entlang bis zum Miniwald am Covão de Bordeira (auf ca. 1.600 Metern) und anschließend der Abstieg auf dem wohl spektakulärsten Serpentinaenweg der Welt durch die Bordeira hinab nach Chã de Morte. Irrel!

Gehzeit ca. 8 Stunden, 900 Meter hinauf und hinab.

Übernachtung Chã de Morte, Frühstück/Abendessen

11. Tag

Ruhetag: Ortswechsel nach Tarrafal de Monte Trigo,

Vormittag Besteigung eines kleinen Kegelberges mit herrlicher Aussicht möglich oder eine Runde durch das liebeliche Lagoa und Caetano. Nachmittag wechseln wir das Quartier und fahren auf neu hergerichteter Pflasterpiste hinab ans Meer nach Tarrafal de Monte Trigo. In die Pension.

Übernachtung Tarrafal de Monte Trigo, Frühstück



12. und 13. Tag

Erholung am Meer. Da die meisten aber nicht faul sein können, Wanderung von Tarrafal nach Monte Trigo möglich. Rückfahrt mit dem Boot. Aber auch andere Wandermöglichkeiten, Angeln, Baden, Nichtstun...

Übernachtung Tarrafal de Monte Trigo, Frühstück

14. Tag

Mittags Fahrt nach Porto Novo, Fährüberfahrt nach Mindelo, wo wir das Quartier beziehen.

Übernachtung, Frühstück

15. Tag

Rückreise, Flug nach Hause (Zwischenübernachtung in Lissabon kann passieren)

Frühstück

Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

Im Reisepreis enthalten sind:

- die Übernachtungen mit Frühstück
- zum Teil Abendessen (siehe Reisebeschreibung)
- alle angegebenen Fähr-, Bus- und Taxifahrten
- und meine Arbeit

Selbst zu zahlen sind:

- An- und Abreise São Vicente (Ich gebe sehr gerne Hilfestellung bei der Flugbuchung)
- Sicherheitsgebühr Flughafen Sao Vicente, 31 Euro (eine Art Ersatzvisum)
- die nicht genannten Mahlzeiten und Getränke
- Dinge des eigenen Bedarfes

Benötigt werden:

- festes Schuhwerk (Bergschuhe)
- Wanderstöcke sind sehr angebracht!
- witterungsgerechte Kleidung. Es empfiehlt sich das bewährte "Zwiebelprinzip", eine Packliste stelle ich bereit
- Sonnenschutz (Sonnencreme mit etwas höherem Schutzfaktor, windsichere Kopfbedeckung)
- Dinge des persönlichen Bedarfs.

Bettwäsche und Handtücher sind in den Pensionen vorhanden.

Zu beachten:

Für die Einreise muss ein mindestens noch 6 Monate gültiger Reisepass vorhanden sein.

Die Wanderungen sind, was die Kondition anbelangt, zum Teil anspruchsvoll, jedoch für den geübten Wanderer kein Problem. Die Versorgung mit Getränken und Lebensmitteln ist in den jeweiligen Übernachtungsorten und auch teilweise auf den Touren gesichert.

Die Kapverden zählen zu den ärmeren Ländern. Es kann gelegentlich zu kurzzeitigen Wasser- und Stromausfällen kommen (in den letzten Jahren sehr selten geworden). Die hygienischen Gegebenheiten sind zufriedenstellend.

Es gibt vor der Reise ein **Vorbereitungstreffen**, bei dem die Teilnehmer sich kennen lernen können und alle Fragen geklärt werden.

Teilnahmeanmeldung: Je zeitiger gebucht wird, um so höher stehen die Chancen, dass nicht bereits ausgebucht ist bzw. die Tour stattfinden kann! **Gerade bei dieser längeren Tour bitte ich aus organisatorischen Gründen um frühzeitige Buchung, sobald die Entscheidung dazu gefallen ist.**

Teilnehmerzahl mindestens 4 maximal 12 Personen.

Wandern in Böhmen
Frank Sühnel
Mühlweg 20, 01896 Pulsnitz

Tel.: 035955/71832
Mobil: 0172/4614594
E-Mail: info@wandern-in-boehmen.de

