

# Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

## Kapverden - die südlichen Inseln

Eine zweiwöchige Reise zu den zwei südlichen Inseln der Kapverden: Brava und Fogo. Die Hauptinsel Santiago mit der Hauptstadt Praia dient uns als Umsteigeort mit einem Tag als zeitlichen Puffer.

Ein Höhepunkt, von vielen, ist die Besteigung des höchsten Bergs der Kapverden, des Pico de Fogo mit 2.832 Metern Höhe. Ein Erlebnis der besonderen Art - wie die ganze Reise.

Komplett geführt von mir - Frank Sühnel.



### Die Kapverden

Die Kapverden, eine Inselgruppe im Atlantik etwa 1000 Kilometer südlich der Kanarischen Inseln und 600 Kilometer vor der Küste von Westafrika, bestehen aus neun bewohnten und einigen unbewohnten Inseln. Die Eilande unterscheiden sich hinsichtlich ihres landschaftlichen Charakters sehr. Die flacheren Inseln sind sehr trocken, haben wenig Vegetation, die mit den höheren Bergen sind zum Teil mit sehr schöner Pflanzenwelt bewachsen - vor allem dort, wo die Wolken auf die Berge treffen und „sich melken“ lassen. Die drei südlichen Inseln sind alle hoch genug, dass es zu diesem Effekt kommt. Nichts desto trotz sind es wasserarme Gegenden, die nicht selten unter Dürren leiden. Ausgiebiger Regen fällt oft nur aller paar Jahre. Wir tauchen ein in eine für uns fremde Welt, in der wir willkommen sind, die ihre vielfältigen Genüsse, ob der Natur oder der Küche oder des Weinkellers, bereitwillig mit uns teilt.

Zwischen den Inseln bewegen wir uns mit Fähren und eventuell auch dem Flugzeug. Es ist kein wenig empfehlenswertes Inselhüpfen, wir beschränken uns auf diese drei Eilande, denn das Reisen kann zeit- und nervenaufwändig sein. Aber es lohnt sich sehr. Es kann passieren, dass nicht alles so funktioniert wie geplant, wir auf der einen oder anderen Insel länger bleiben müssen. Dann heißt es, mit kapverdischer Gelassenheit und Freude es hinzunehmen und das Beste draus zu machen. Auch Witterungsumstände (bruma seca - Sandwinde aus Afrika) oder Stürme können dies bewirken und auch dann will das Unabänderliche mit Gelassenheit ertragen sein. Daher auch der eine Tag in Praia am Ende, er dient als Puffer, falls etwas nicht wie geplant abläuft.

### Die südlichen Inseln

Santiago, die größte kapverdische Insel mit der Hauptstadt Praia bildet den Ausgangs- und Endpunkt der Reise. Von dort geht es auf die kleinste bewohnte Insel, Brava. Kaum von Touristen besucht, hat sie sich ihren ursprünglichen Charme bewahrt und wartet mit beindruckend freundlichen Menschen, lieblicher aber auch schroffer Landschaft und faszinierender Küste auf. Brava war die Heimat der Kapitäne und großer Dichter und Verwaltungszentrum bis tief in den afrikanischen Kontinent, noch immer nachvollziehbar vor Ort. Bei mehreren Wanderungen lernen wir dieses schöne Eiland kennen.



Der Pico de Fogo, der höchste Berg der Kapverden, hat schon immer die Menschen in seinen Bann gezogen. So darf die Besteigung dieses vulkanischen Riesen nicht fehlen. Eingebettet ist dieser Gipfel in eine unglaubliche, faszinierende Kraterlandschaft, die widersprüchlicher nicht sein könnte. Nicht zu durchquerende Lavafelder mit messerscharfen Steinen, trockener Vulkansand auf der einen und grüne, fruchtbare Felder und Weinberge auf der anderen Seite. Es lohnt absolut sich dieser so andersartigen Welt ein paar Tage hinzugeben, ihre herzlichen Bewohner kennen zu lernen und sich dabei für den Gipfelsturm zu akklimatisieren. Dazu lernen wir den Nebelwald und die weiter tiefer liegenden fruchtbaren Nordhänge der Insel Fogo kennen.

Zum Schluss wieder auf der Insel Santiago haben wir noch einen Tag Zeit, um uns den Ort Praia anzusehen und baden zu gehen oder einen Ausflug zu unternehmen.

# Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

## Reisebeschreibung

### Anreisetag: Reise nach Santiago

Ankunft in Praia. Viele Flugzeuge kommen am späten Abend oder in der Nacht an. Je nach Ankunft ist entweder mehr oder weniger Zeit in Praia. Ich hole die Gruppe vom Flughafen ab und wir beziehen unser Quartier. Bei späterer Ankunft trinken wir noch ein Bierchen und ab ins Bett. Bei zeitigerer Ankunft (oder bei Bevorzugung der Möglichkeit, ein oder mehrere Tage vorher anzureisen) genießen wir die Zeit in Praia, wo es einiges zu sehen gibt und der Strand lockt.

### 1. Tag - Reise auf die Insel Brava

Wir begeben uns nun auf die Reise und je Art des gewählten Verkehrsmittels zum Hafen oder Flughafen. Ich gehe einfach mal davon aus, dass wir am Abend auf unserem ersten Ziel, der Insel Brava, Furna, ankommen. Im Hafen von Brava, Furna, werden wir abgeholt und fahren hinauf in die Inselhauptstadt Nova Sintra, wo wir unser Quartier beziehen. Dort werden alle nach einem reichhaltigen Abendessen sicher müde zu Bett sinken. (Schaffen wir es nicht an einem Tag nach Brava, so bleiben wir in Sao Filipe, der größten Stadt Fogos, sehen uns den malerischen Ort an und setzen die Reise am nächsten Tag fort.)

Frühstück



### 2.Tag - Vinagre und Covada

Nach dem kapverdischen Frühstück gehen wir es heute ruhig an. Wir spazieren durch den Ort Nova Sintra, in dem wir wohnen, gehen zur Kapelle St. Barbara und steigen durch Akazienwälder hinab nach Vinagre. Kaum noch vorzustellen, dass das verfallende Haus ein viel besuchtes Badehaus war, zu dem Kranke von allen Inseln und vom Kontinent strömten. Der Quelle entströmte leicht säuerliches Wasser, das dem Ort seinen Namen Vinagre (Essig) schenkte. Wie so viele im Dürre- und Hungerkatastrophen geplagten Cabo Verde versiegte auch sie fast vollständig. Das Wasser reicht für eine zufällig vorbeischauende Kuh und die Spatzen. Vinagre wurde zum „lost place“ besonderer Art.

Über einen holprigen Weg steigen wir wieder nach Nova Sintra. Der Nachmittag gehört einer aussichtsreichen Runde nach Covada. Der Weg erlaubt Blicke in jede Richtung auf der Insel. Wir sehen, wie die Landwirtschaft betrieben wird und mit Glück sehen wir die bunten Graukopfliste (Eisvögel).

Ca. 5 km und 300 Meter im Auf- und Abstieg (Vinagre), ca. 5 km und 150 Meter im Auf und Abstieg (Covada) Insgesamt ca. 5-6 Stunden Unterwegszeit

Frühstück



### 3. Tag - Fontainhas, der höchste Berg der Insel

Auf alten gepflasterten Pfaden verlassen wir die Stadt, steigen hinauf zur Igreja de Serrado und immer weiter hoch in ein hügeliges, oft in Wolken liegendes malerisches Hochland. Der höchste Punkt Bravas ist der auf einem Kraterrand liegende Fontainhas mit 976 Metern Höhe. Wir umrunden den Krater auf seinem Rand und steigen hinab in das Dorf Mato. Es wird sicher ein Laden offen haben, wo wir uns etwas Erfrischendes kaufen können. Über gepflasterte Maultierwege der Vergangenheit geht es zurück nach Nova Sintra.

Ca. 11 km, 550 Meter im Auf- und Abstieg. Unterwegszeit ca 6-7 Stunden

Frühstück



### 4.Tag - Faja d' Aqua

Entweder wir lassen uns ein Stück mit dem Aluguer (eine Art Minibus Taxi) bringen oder laufen auf der kaum befahrenen Pflasterstraße zum Abzweig hinab nach Faja d' Aqua. Auf alten, nicht immer guten Pfaden, gelangen wir nach Lavadura. Ruinen zeugen vom einst blühenden Ort und seiner üppigen Landwirtschaft. Weiter geht es über das oasenartige Lagoa hinab ins Tal und ans Meer, nach Faja d' Aqua. Hübscher kann ein Ort nicht am Meer liegen. Wir kehren zum Mittag ein, Fisch gibt es natürlich und wenn Ebbe ist können wir in natürlichen Meeresschwimmbecken aus Lava baden gehen. Wir kommen am Denkmal vorüber, das an den Untergang des Schoners Matilde erinnert im Augst 1943, während einer der schlimmsten Hunger-



# Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

katastrophen auf dem Wege in die USA um von dort Nahrungsmittel zu holen, aber nahe der Bermudas mit 53 Menschen auf immer verschwand.

Danach geht es auf alten schlechten Pfaden immer aussichtsreich hinauf über Cruz de Faja nach Lombo und zurück nach Nova Sintra. (Wer keine Lauflust mehr hat kann sich auch mit dem Aluguer abholen lassen) Eine etwas anstrengende, aber wunderschöne Tour.

Max. 15 km, 1.000 Meter im Auf- und Abstieg, Unterwegszeit ca. 9 Stunden

Frühstück

## 5. Tag – Reise nach Fogo

Mit der Fähre fahren wir hinüber auf die Nachbarinsel Fogo, die mit ihrem gewaltigen Vulkanberg immer wieder ein Blickfang von Brava aus war. Wir werden vom Hafen abgeholt und je nach Ankunftszeit bummeln wir noch ein wenig durch São Filipe, die Inselhauptstadt. In einem typisch kapverdischen Restaurant gehen wir Mittag essen. Dem folgt eine Fahrt auf der Ringstraße der Insel bis Mosteiros-Igreja. Dort nehmen wir Quartier, schauen uns den kleinen Ort an, bestaunen die wilde Brandung, die an die felsige Küste schlägt.

Frühstück



## Bemerkung zu Fogo:

Wir werden uns einige Tage vor allen oben in Chã das Caldeiras in dem Krater aufhalten, aus dem sich der Pico de Fogo erhebt. Die Dörfer dort wurden 2014/15 durch einen gewaltigen Lavastrom großteils zerstört und es ist noch nicht alles wieder vollständig hergerichtet. Doch wie das Leben dort gemeistert wird, das ist ein faszinierendes Beispiel für Mut und Zuversicht und Zähigkeit. Die Bedingungen dort sind sehr einfach, auch die Beherbergung. Es gibt keine direkte Stromversorgung, die Pensionen besorgen sich die Energie vernünftigerweise durch Photovoltaik selbst. (Für den Zugang zum Internet benötigt man eine kapverdische Simkarte.) Warmes Wasser zum Duschen gibt es nur, wenn die Sonne lange genug den Tank beschienen hat - das heißt man muss unter die lauwarme Brause, solange die Sonne scheint. Im Januar kann es nachts und früh recht kalt sein, so um die sechs Grad, warme Sachen sind nötig. Alles für uns verwöhnte Menschen nicht so komfortabel, doch zugleich unglaublich spannend und eine wohlthuende Belehrung. Das alles in einer unglaublich rauen, schroffen, lebensfeindlichen und zugleich lieblichen und schönen Landschaft, die auf der Erde ihresgleichen sucht.

## 6. Tag - Wanderung zum Monte Queimado

Wir steigen hinauf in den kleinen Ort Fejoal und wandern entlang der mal tief und schroff eingeschnittenen, mal sich lieblich wellenden Landschaft oberhalb der Küste. Hier ist es recht trocken, dementsprechend herrscht ein Feldbau vor mit Pflanzen, die mit wenig Wasser auskommen, wie der Kongobohne. Am Weg stehen zahlreiche Cherimoyabäume. Über einen flachen Seitenkamm steigen wir hinauf zum Monte Queimado (516m) und genießen den Blick über die Küste. Danach tauchen wir ein in die Kaffeepflanzungen und den üppigen Laubwald. Wir müssen einen tiefen felsigen Canyon durchqueren und kommen in dem Dorf Pai Antonio wieder in „die Zivilisation“. Auf kleinen Sträßchen und Fußwegen geht es hinab nach Igreja in unser Quartier.

Ca. 11 km, 600 Meter im Auf- und Abstieg, Unterwegszeit ca. 7 Stunden

Frühstück



## 7. Tag - Aufstieg nach Chã das Caldeiras

Heute steigen wir hinauf zu der wohl spektakulärsten Landschaft der gesamten südlichen Kapverdischen Inseln, in den großen Krater, aus dem sich der Pico de Fogo erhebt. Und wie könnte das besser geschehen als zu Fuß. Unser Gepäck fährt mit dem Aluguer, wir müssen es nicht tragen. Je nach Kondition der Gruppe starten wir unten in Igreja oder wir lassen uns noch ein Stück bis hinauf an den Ausgangspunkt des Weges fahren. Es gibt nur eine Richtung, immer bergauf, bei meist moderater Steigung. Die Kaffeepflücker begegnen uns, die den geernteten Kaffee in Säcken nach unten tragen. Umso höher wir kommen desto weniger wird die Landwirtschaft und wir tauchen ein in den feuchten, wunderbaren Nebelwald, der bis an den Kraterand die Szenerie beherrscht. Fast oben angekommen sehen wir die Casa e Presidente, die dem ehemaligen Präsidenten Aristides Pereira als Verhandlungsort in der Zeit der Beendigung der Apartheitspolitik Süd-Afrikas diente.





# Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

Auf der Fortstraße erreichen wir den Pass Fernao Gomes und plötzlich stehen wir vor dem riesigen Vulkankegel des Pico de Fogo. Unter der Bordeira spazieren wir eben bis in das Dorf Portela, wo wir von Helena und Cecil empfangen werden und das unser zu Hause für ein paar Tage wird. Sie werden uns mit einem fantastischen Abendessen und herzlicher Gastfreundschaft verwöhnen.

Ca. 12 km, 1.800m im Aufstieg, Unterwegszeit ca. 7 Stunden; (Variante ab Pai Antonio: ca. 10 km, 1.450m im Aufstieg, Unterwegszeit ca. 6 Stunden)

Frühstück und Abendessen

## 8. Tag - Wanderung durch die Chã das Caldeiras zum Monte Verde

Wir verlassen Portela auf einem kleinen Fahrweg, besteigen einen kleinen Hügel zur Linken, der gute Aussicht bietet und weiter zum Monte Losna, der ebenfalls bestiegen werden kann. Wir staunen über die in dieser kargen Gegend gedeihende Landwirtschaft, vor allem den Weinanbau. Nach einem kleinen Weiler suchen wir uns den Weg durch einen alten Lavastrom zum Monte Verde, der grün schimmernd aus der schwarzen Lava ragt. Immer wieder herrliche Blicke aus anderen Perspektiven. Wieder durch ein Lavafeld zur Cova Monte Preto, einer Lavahöhle im Bergkegel des Monte Preto. Mutige können an einer Stahlseilleiter hinunter steigen. Von dort geht es zurück nach Portela. Einige Bars, und besonders Ramiros Music Bar, in der sich die örtlichen Musiker treffen, laden zum Verweilen.

Ca. 10 km, 400 Meter im Auf- und Abstieg, Unterwegszeit etwa 6-7 Stunden

Frühstück und Abendessen



## 9.Tag - Pico Pequeno

Nach dem guten kapverdischen Frühstück von Helena laufen wir durch sandigen Boden hinauf zum Pico Pequeno de Inferno, ein noch junger Berg, der aus der Flanke des Pico de Fogo herausgewachsen ist. Es riecht noch nach Schwefel, heiße stinkige Luft entweicht dem Minikrater. Je nach Lust und Laune laufen wir weiter durch diese unglaubliche Vulkanlandschaft, zwischen Kegelbergen und durch Lavaströme. Unser Ziel ist die Winzerei Neves, die unterhalb der hohen Bordeira liegt, inmitten fruchtbarer Wein- und Obstfelder. Wir verkosten den dort erzeugten wirklich guten Wein. Mit dem Aluguer begeben wir uns zurück nach Portela.

Ca. 13 km, 550 Meter im Auf- und Abstieg, Unterwegszeit ca. 7 Stunden.

Frühstück und Abendessen



## 10. Tag – Besteigung Pico de Fogo

Heute ist der große Tag. Da wir im Januar unterwegs sind, müssen wir nicht zu zeitig aufbrechen, da es nicht so heiß wird. Nach kräftigem Frühstück laufen wir entlang eines kleinen Fahrweges und biegen dann nach rechts ab. Immer steiler ansteigend nähern wir uns dem gewaltigen Kegel, mal auf etwas sandigen, mühsamen Stellen, dann meist auf Steinen, um dann auf einer schmalen Felsrippe bis zum Gipfel aufzusteigen. Ganz langsam, mit vielen Pausen und Blicken erreichen wir den oberen Rand des dortigen kleineren Kraters. Wer möchte und sich traut kann über einen leichten Klettersteig noch bis zum höchsten Punkt aufsteigen. Und die Welt liegt einem zu Füßen. Der Abstieg wird zu einem Spaß, denn durch den knöcheltiefen Lavasand wird wie auf Skiern „abgefahren“. Das ist ganz einfach. Zurück im Portela feiern wir unseren Gipfelerfolg.

Ca. 10 km, 1.100 Meter im Auf- und Abstieg, Unterwegszeit ca. 7 Stunden.

Frühstück und Abendessen



## 11. Tag - Bordeira Nordseite

Heute kann man sich nach der Gipfelbesteigung ausruhen. Oder wir erklimmen den Kraterand, die Bordeira an der Nordseite. Dazu lassen wir uns ein Stück fahren und steigen an einer Felskehle aus. Je nach Kondition und Verfassung der Gruppe wählen wir einen steilen, etwas anstrengenden Weg oder einen einfacheren Aufstieg. Wir bewegen uns entlang des Kraterandes, auf der einen Seite des Waldes, später Plantagen, auf der anderen der Abgrund. So erreichen wir den Monte Gomes mit seinem herrlichen Blick. Dann geht es auf der leicht abfallenden Seite durch



# Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

kultiviertes Land auf eine Forststraße und durch wunderbaren Wald. Haben wir den Pass Fernando Gomes erreicht sind es noch fünf flache Kilometer am Fuße der Bordeira zurück nach Portela.

Ca. 12,5 km, 500 Meter im Auf- und Abstieg. Unterwegszeit ca. 6 Stunden.

Frühstück und Abendessen

## 12. Tag - Reise nach Santiago

Je nach Abfahrtszeit der Fähre bzw. Abflugzeit des Fliegers starten wir mit dem Aluguer zum Hafen bzw. Flughafen und begeben uns auf die Rückreise nach Praja auf der Insel Santiago. Je nach Ankunftszeit haben wir noch Zeit, durch die Stadt zu bummeln oder und baden zu gehen.

Bei einem gemeinsamen Abendessen und ein zwei kalten Bierchen oder einem Glas Wein lassen wir das Erlebte noch mal Revue passieren.

Frühstück



## 13. Tag – Praia, ein Tag zur freien Verfügung

Bummeln, baden oder ein paar Andenken kaufen oder einfach ausruhen. (Der bunte Markt der Stadt ist ein lohnendes Ziel.) Und was uns sonst noch so einfällt. Eine Fahrt zu einem Höhepunkt der Insel Santiago, nach Assomanda oder Cidade Velha ist ebenso möglich.

Frühstück

## 14. Tag - Rückreise nach Deutschland

Bummeln, Baden und so weiter. Wir genießen den letzten Tag. Nach einem letzten gemeinsamem Abendessen begeben wir uns zum Flughafen. Normalerweise startet der Flieger um 1 Uhr in der Nacht. Abends sollte jeder wieder zu Hause sein.



### 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 Santiago (Die Flüge nach Santiago sind im Preis sehr verschieden, es hängt sehr von den Flugdaten ab. Es ist auch kein Problem, etwas eher nach Santiago zu reisen und später zurückzukehren. Ich helfe natürlich bei der Flugbuchung.)
- Sicherheitsgebühr Flughafen Praia, 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", bei Bedarf besprechen wir eine Packliste, die ich zur Verfügung stelle
- Sonnenschutz (Sonnencreme mit etwas höherem Schutzfaktor, windsichere Kopfbedeckung)
- Dinge des persönlichen Bedarfs.

Bettwäsche und Handtücher sind in den Pensionen vorhanden.

# Wandern in Böhmen

Mit Frank Sühnel

---

## 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 11 Personen.

Frank Sühnel  
Mühlweg 20, 01896 Pulsnitz

Tel.: 035955/71832  
Mobil: 0172/4614594

E-Mail: [info@wandern-in-boehmen.de](mailto:info@wandern-in-boehmen.de)

