

TREKKING REISE PANAMA - KOLUMBIEN

SAN BLAS INSELN - SEGELTÖRN - CIUDAD PERDIDA

Vom Pazifik in die Karibik - und das zu Fuß!

Trekking über den Isthmus von Panama, die Landenge Mittelamerikas - durch die "Cordillera de Kuna Yala" bis zu den San Blas Inseln.

Mit dem Segelboot von Panama nach Kolumbien. Karibik pur! Einsame Inseln, relaxte Tage und "Robinson Crusoe Feeling"

Trekking zur geheimnisumwobenen Ciudad Perdida, der "Verlorenen Stadt der Inkas" in der Sierra Nevada de Santa Marta.

Trekking und Karibik - da können Sie was erleben!

Slow Motion



Zu Fuß über den Isthmus von Panama

TOURCHARAKTER

Karibik und Trekking? Passt das zusammen? Unsere Antwort: Ja!

Zwei sehr unterschiedliche Trekkingrouten in Kombination mit einer Woche Karibik ergeben eine unvergleichliche Kombination auch für den begeisterten Wanderer. In Panama überqueren wir an der schmalsten Stelle Amerikas, dem Isthmus von Panama, die Berge des Kuna-Volkes. Bekannter ist da schon das Trekking zur Ciudad Perdida in Kolumbien. Zwischen den Wandertagen genießen Sie in der wohl ursprünglichsten Gegend der Karibik Tage der Entspannung, Erholung und Naturgenuss.

Für die mehrtägigen Treks ist Ausdauer nötig, auch Trittsicherheit bei rutschigem Untergrund, wenn nach Regenfällen die Wege verschlammten. Die Tagesetappen liegen zwischen 4 und 7 Stunden Wanderzeit. In den Subtropen ist eine gewisse Klimaverträglichkeit gefragt.

Für die Überfahrt in der Karibik benutzen wir ein Segelboot oder Jacht mit Schlafkabinen an Bord. Je nach Wellengang sollten Sie "seetauglich" sein. Die Übernachtungen während der Trekkings erfolgen in freier Natur - entweder in Zelten oder in den landestypischen Hängematten. Bringen Sie eine Portion Flexibilität mit auf die Reise und freuen Sie sich auf die Kombination von Trekking und Karibik!

TOURVERLAUF

PANAMA CITY Tage 1/2
Tagflug und Ankunft am Abend in der Hauptstadt, die sehr schön an der Pazifikküste gelegen ist. Empfang durch Ihren Reiseleiter und Transfer zur Baru Lodge. 2xÜN/F in Panama City.

Am Tag 2 Besichtigung der 1519 gegründeten Stadt mit der Kulisse aus Wolkenkratzern, noblen Villen und grünen Hügeln. Von Panama Viejo in die Altstadt Casco Antiguo verfolgen wir die interessante Geschichte der Stadt mit Gebäuden des 17. und 18. Jahrhunderts und besichtigen die San José-Kirche mit prachtvollem Altar. Danach zu den Miraflores Schleusen des Panama-Kanals. Hier erhalten Sie einen Einblick in die Funktionsweise und Ausmaße des berühmten Panama-Kanals mit Blick auf die Schiffe, wenn sie die Schleusen auf ihrem Weg vom Pazifik zum Atlantik passieren.

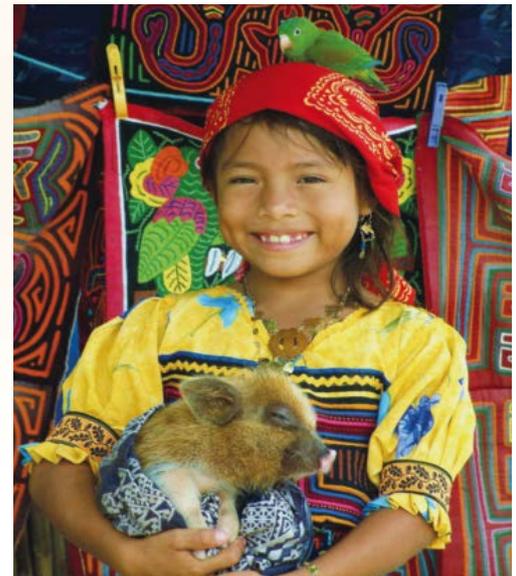
TREKKING ÜBER DEN ISTHMUS VON PANAMA Tage 3/4/5/6

WIR wählen bei dieser Reise den Weg zur Karibik "per Pedes" und überqueren den Isthmus von Panama, die Landenge zwischen Pazifik und Atlantik in einem 4-tägigen Trekking - über die Berge der Cordillera de Kuna Yala, bis zu den Inseln von San Blas - durch das Land verschiedener Indioölker und überwältigender Natur.

Tag 3: Am frühen Morgen mit 3-stündiger Fahrt Richtung Osten auf der Panamericana und dann weiter auf einer Naturstraße an die Kordillere ins Tal des Rio Mamoní, dem Ausgangspunkt unseres Trekkings. Der Weg führt durch subtropischen Regenwald in die dicht bewachsene Nebelwaldzone. Schon nach etwa 4 Stunden Wanderung erreichen wir an der Wasserscheide von Pazifik und Atlantik unser erstes Zelt-Camp an einem Bach. Wir errichten gemeinsam das Lager und stärken uns mit einem deftigen Abendessen. F/P/A

Am Tag 4 geht es mehr bergab als bergauf und wir wandern in das Tal des Rio Cangandi. Spätestens hier treffen wir auf die ersten einheimischen Indios vom Volk der "Kunas". Ihr Stammesgebiet reicht von den Bergen hinab bis zur Küste und den vorgelagerten Inseln. Neben der reinen Wanderzeit von ca. 5-6 Std. erklären uns die einheimischen Bergführer natürlich sehr viel Interessantes und Wissenswertes über Nutzung und Heilwirkung vieler Pflanzen, die wir in den Waldgebieten antreffen. Unser 2.Zelt-Camp errichten wir in der Nähe des Rio Cangandi.

Am Tag 5 öffnet sich mehr und mehr der Blick auf die Küste und die vorgelagerten San Blas Inseln. Wanderung am Fluss hinunter weiter durch den Regenwald bis zum Dorf Cangandi (ca. 3-4 Std.). Wir werden von den freundlichen



Herzlich Willkommen bei den "Kunas"

Dorfbewohnern empfangen und dürfen hier übernachten (Zelt- oder Hängematten-Camp) Am Tag 6 ist es soweit: Wir erreichen die Karibikküste! Nach einer kurzen Wanderung geht es mit einem Boot auf dem Rio Cangandi durch die Mangroven zur Küste und zu einer der kleinen Inseln. Dem ersten Bad in der Karibik steht nun nichts mehr im Wege und wir machen es uns auf einer abgelegenen Insel bei Igobdup (Isla Aguja) gemütlich und genießen das "Ankommen" in vollen Zügen. Übernachtung in Zelt/Hängematten oder einfacher Unterkunft. F/P/A

SAN BLAS INSELN Tage 7/8/9
Gemütliche Tage liegen vor uns - im karibischen Paradies der über 350 Inseln innerhalb des Archipels von San Blas. Viele der Inseln verfügen über mit Palmen bestandene weiße Sandstrände und sind von Korallenriffen umgeben. Baden, Schnor-

TREKKING



Beispiel Segelboot / Insel im Archipel San Blas

cheln und Faulenzen stehen definitiv an der Tagesordnung. Wir werden im Laufe des Tages von einem Segelboot abgeholt und verbringen noch mehrere Tage auf nahezu einsamen Inseln innerhalb des Archipels. Wir genießen das Gefühl von "Robinson Crusoe" und ernähren uns von frischen Meeresfrüchten wie Fisch oder Hummer, dazu viel Obst und dem typischen Kokosreis. An Bord unseres Segelbootes übernachten wir in Kajüten oder, wer möchte, auch auf dem Deck.

SEGELTÖRN NACH KOLUMBIEN

Tag 10/11/12

Unser Kapitän entscheidet, wann wir uns auf den Weg machen, um über die offene Karibik nach Santa Marta/Kolumbien zu segeln. Die durchschnittliche Segelzeit beträgt 2 Tage. Die östlichen San Blas Inseln ziehen an uns vorbei, bis wir über das offene Meer auf die Küste von Kolumbien treffen. Entlang der teils bergigen Küstenregion segeln wir bis in den Hafen von Santa Marta, vor den Toren des Tayrona Nationalparks und der über 5.000m hohen Sierra Nevada de St.Marta. Hier erledigen wir unsere Einreiseformalitäten und verabschieden uns von der Bootscrew. 1xHotel-ÜN/F in St. Marta.

CIUDAD PERDIDA TREK

Tag 13 bis 16

Das nächste Trekking-Abenteuer wartet auf uns. Wir schütten das "lockere Leben der Karibik" aus den Beinen und starten das Trekking zur verborgenen "Ciudad Perdida" in den Bergen der Sierra Nevada de Santa Marta. Sie umfasst alle auf dieser Erde vorkommenden Klimastufen: Tropischen Nebelwald, feuchte und weniger feuchte Vorgebirgswälder, Bergwald, Regentundra und der ewige Schnee. Ein immenser Artenreichtum an Flora und Fauna erwartet uns. Vielleicht treffen wir unterwegs auf Mitglieder der dort ansässigen Indianervölker, wie die Arhuacos und Kogis. Eine der herausragenden archäologischen Stätten des südamerikanischen Kontinents ist das Ziel unserer 5-tägigen Trekkingtour. Die "Ciudad Perdida", die verlorene Stadt,

liegt auf einer Höhe von 900m bis 1300m mitten im dichten Urwald. Doch nicht nur dieser mystische Ort mit seinen Terrassenanlagen, Bewässerungskanälen und Brücken ist außergewöhnlich - auch der Weg dorthin ist von unbeschreiblicher landschaftlicher Schönheit. Wir fühlen uns wie einst die Forscher und Entdecker, so, als würden wir die "verlorene Stadt" selbst noch einmal entdecken! Vom Basiccamp zu einer mitten im Regenwald gelegenen Steintreppe, die uns in 1.000 Stufen zu der verlorenen Stadt „Ciudad Perdida“ führt. Dort angekommen eröffnet sich uns die beeindruckende Anlage aus Grundmauern und Verbindungswegen, wo einst die "verlorene Stadt der Inkas" war. Ein Szenario von magischer, ursprünglicher Schönheit. Die Ausrüstung und die Lebensmittel werden von Packpferden und Trägern transportiert - wir brauchen nur unser Tagesgepäck zu tragen. 4xÜN in Zelt-/Hüttencamps. F/P/A.

TAYRONA NP

Tag 17/18

Auf dem letzten Wegstück steigen wir an den steilen Berghängen hinunter bis wir wieder die türkisblaue Karibik vor uns erblicken. Stolz und glücklich über unsere Leistung feiern wir gemeinsam unser beständenes Abenteuer und erholen uns am Strand des Tayrona Nationalparks. Am Tag 18 ist Erholungstag und vielleicht können wir auf Spaziergängen Brüllaffen, Leguane, Fledermäuse, Schlangen, Pfeilgiftfrösche oder verschiedene Vogelarten erspähen. 2xÜN/F in einer kleinen Bungalowanlage direkt am Meer.

CARTAGENA

Tag 19/20

Zum Abschluss der Reise stürzen wir uns in das bunte Leben von Cartagena. Mit dem Überlandbus sind wir in ca. 5 Stunden in der berühmtesten Kolonialstadt der Karibik. 2xHotel-ÜN/F in der historischen Altstadt und Zeit zum Bummeln durch die Gassen und über historischen Plätzen Cartagenas.

Am Tag 21 Inlands-Flug nach Bogotá, von hier Rückflug und Ankunft in Europa am Tag 22.

LEISTUNGEN

- + Linienflüge mit Lufthansa, Air France, Avianca o.a. Linienfluggesellschaften Frankfurt - Panama City Bogotá - Frankfurt ab anderen Abflugorten in Deutschland, Österreich, Schweiz auf Anfrage, ggf. zu Sonderkonditionen
- + Inlandsflug Cartagena - Bogotá
- + 5 ÜN/F in Hotels Panama City, Santa Marta, Cartagena
- + 9 ÜN Zelt- oder Hängemattencamps
- + 2 ÜN/F in Strandbungalows Tayrona
- + 4 ÜN auf Segelboot
- + Verpflegung: 20xF/16xP/13xA
- + 5-tägiger Segeltörn San Blas Inseln und Überfahrt nach Kolumbien
- + 4-tägiges Trekking über den Isthmus von Panama incl. Träger und örtliche Bergführer
- + 5-tägiges Tekking zur Ciudad Perdida incl. Packpferden und örtlichem Guide
- + Eintritte und Nationalparkgebühren
- + alle Inlandtransfers lt. Ausschreibung
- + deutschsprachige WIGWAM Reiseleitung, örtliche Wanderführer, Bootskapitän mit einheimischer Crew

Teilnehmer: Min 9 Max 13



	2016
22 TAGE	19.03. - 09.04. 09.04. - 30.04. 14.05. - 04.06.

	2017
22 TAGE	*30.12.16 - 20.01. 28.01. - 18.02. 04.03. - 25.03. 01.04. - 22.04. 29.04. - 20.05.

	2018
22 TAGE	*30.12.17 - 20.01. 20.01. - 10.02. 24.02. - 17.03. *24.03. - 14.04. 28.04. - 19.05.

22 TAGE INCL. FLUG: 4.540,- €
*Flug-/Saisonzuschlag 230,- €

Privat-Reise bzw. Aufpreis für
Kleingruppe von 6 bis 8 Personen:
incl. Flug und o.a. Leistungen: + 200,- €



IT 16LH 4 WIG

PANAMA - KOLUMBIEN