Veranstalter dieser Reise:

Papaya Tours
Josef-Lammerting-Allee 25
50933 Köln
0221 - 35 55 77 0
0221 - 35 55 77 20
info@papayatours.de

Nachweislich nachhaltig reisen:

MITTELAMERIKA & KARIBIK: MEXIKO

MEXIKO - KULTURSCHÄTZE FÜR GENIESSER

> Xpu Há - Palenque - Oaxaca - Chichén Itzá - Teotihuacán - Puebla - Hierve el Agua - Campeche

Entdecken Sie mit uns die kulturellen Schätze Mexikos auf dieser 16-tägigen PremiumComfort-Rundreise. Ein noch besserer und gehobener Hotel-Standard setzt den besonderen Akzent auf dieser Tour. Auch hier kommt die für Papaya Tours typische Prise Aktivität und Abenteuer nicht zu kurz.

Zum Auftakt unserer Gruppenreise lassen wir uns vom quirligen Mexiko-Stadt und seiner Umgebung in den Bann ziehen und besuchen die ersten kulturellen Schmuckstücke, die uns auf die anstehenden Tage einstimmen. Nach den beeindruckenden Azteken-Pyramiden in Teotihuacan genießen wir die koloniale Pracht des charmanten Ortes Puebla, inklusive der regionalen Spezialität Mole Poblano - eine köstliche Kakao-Chili-Soße. Nach einem Ausflug in die mächtige Ruinenstadt Monte Alban und in ein kreatives Kunsthandwerk-Dorf durchqueren wir den spektakulären Sumidero Canyon auf einer rasanten Bootsfahrt.

Indigene Dörfer, bunte Märkte und historische Kolonialstädte erzählen uns während unserer Rundreise ihre ganz eigenen Geschichten. In den mystischen Kosmos der präkolumbischen Hochkultur tauchen wir ein bei der Erkundung der legendären Ruinenstätten Palenque, Uxmal und Chichén Itzá. Freuen Sie sich zu guter Letzt auf einen Badeaufenthalt am karibischen Traumstrand von Xpu Há, bei dem wir unsere Rundreise durch Mexiko ausklingen lassen.

REISEDETAILS

1. Reisetag: Reisebeginn

Heute fliegen Sie von Ihrem Heimatflughafen aus nach Mexiko-Stadt, wo Sie noch am gleichen Abend ankommen. Am Flughafen werden wir von unserem Reiseleiter empfangen und zu unserem charmanten Hotel im Herzen der Stadt gebracht. Gönnen Sie sich ein wenig Zeit um sich von der langen Anreise zu erholen oder treffen Sie Ihre Mitreisenden im Café des Hotels zu einem netten Gespräch.

2. Reisetag: Mexiko-Stadt – Stadtbesichtigung (F)

Nach dem Frühstück werden wir zu unserer Erkundungstour durch das quirlige Mexiko-Stadt abgeholt. Zunächst entdecken wir zu Fuß das historische Zentrum. Unter anderem lernen wir den riesigen Zócalo, die berühmte Kathedrale „Metropolitana“ und den Regierungspalast mit seinen beeindruckenden Wandgemälden von Diego Rivera kennen. Auch den lehrreichen Besuch des anthropologischen Museums, welches am Rande des Chapultepec Parks liegt, sollten wir nicht verpassen. Falls uns der Magen knurrt haben wir beim Mittagessen (nicht inklusive) Zeit die vielfältigen Eindrücke der Stadt zu rekapitulieren. Schließlich werden wir zurück zum Hotel gefahren und können am Nachmittag die Gelegenheit nutzen, um das lebhafte Mexiko-Stadt auf eigene Faust zu erkunden.

Einige Papaya Kollegen schwören auf die Tacos, die hier besonders gut schmecken. Daher empfehlen wir Ihnen heute Abend an unserer Nachtschwärmer-Tour Taco & Mezcal teilzunehmen (optional, nicht im Preis enthalten). Probieren Sie an drei verschiedenen "Taquerias" die Spezialitäten der mexikanischen Küche und lassen Sie sich von der Vielfalt der Gewürze beeindrucken. Selbstverständlich darf auch eine Verkostung des Nationalgetränks Mezcal nicht fehlen. (Preis ab 5 Personen, ca. 100 EUR p.P:)

3. Reisetag: Mexiko-Stadt - Teotihuacan - Mexiko-Stadt (F)

Heute besuchen wir nach dem Frühstück die berühmte Basílica de Guadalupe mit dem Bildnis der Jungfrau von Guadalupe. Sie zählt seit der Kolonialzeit als der heiligste Platz Mexikos und ist die bedeutendste Wallfahrtskirche des Landes. Danach geht es weiter zur 50 Kilometer nordöstlich von Mexiko City gelegenen, sagenumwobenen Stadt der Götter, Teotihuacán. Im Jahre 1987 wurde diese zum UNESCO Weltkulturerbe erklärt. Mit rund 22 km² ist sie die größte Ruinenstadt Lateinamerikas, wobei der meiste Teil noch unerforscht und noch nicht ausgegraben ist. Einen Aufstieg auf die Sonnen- oder Mondpyramide sollten wir uns nicht entgehen lassen, denn von oben genießen wir einen einzigartigen Ausblick über die Stadt der Götter und erhalten einen Eindruck über ihr tatsächliches Ausmaß.

4. Reisetag: Mexiko Stadt – Puebla & Cholula – Oaxaca (F)

Morgens verabschieden wir uns vom Großstadtleben und fahren weiter gen Süden. Unterwegs bestaunen wir die weltberühmte Barockkirche von Tonantzintla. Anschließend besuchen wir die malerische Kleinstadt Puebla, zweifellos eine der „kolonialen Perlen“ Mexikos und ein Muss für jeden Mexikoreisenden. Die extravagante Architektur dieser Stadt fasziniert durch die farbenprächtigen Talavera-Kacheln, welche die Fassaden der Herrenhäuser prunkvoll in Szene setzen. Bei einem Stadtrundgang durch die urigen Kopfsteinpflastergassen und über heimelige Plätze mit Schatten spendenden Bäumen führt uns unser Reiseleiter in die bewegte Geschichte Pueblas ein. Zum Mittagessen (nicht im Preis enthalten) haben Sie die Gelegenheit eine besondere Spezialität der regionalen Küche zu probieren: Die „mole poblano“ eine dickflüssige Schokoladensauce aus zahlreichen Gewürzen, Kräutern und Cacao ist mittlerweile über Mexikos Grenzen hinaus bekannt und ein echter kulinarischer Genuss. Ehe wir über die Höhen der Sierra Madre unsere Reise nach Oxaca fortsetzen, erkunden wir noch ein bedeutendes Zeugnis der Azteken, die Pyramide von Cholula.

5. Reisetag: Monte Albán, Künstlerdörfchen & City Tour (F)

Am Vormittag reisen wir nach Monte Albán, zu der wohl bedeutendsten, archäologischen Ausgrabungsstätte der Region. Das auf einer planierten Bergkuppe errichtete religiöse Zentrum der Zapoteken faszinierte schon vor vielen Jahren den amerikanischen Schriftsteller Aldous Huxley – auch Sie werden beeindruckt sein. Im Laufe des restlichen Tages erhalten wir einen Einblick in das mexikanische Kunsthandwerk: Zuerst statten wir dem Künstlerdörfchen Arrazola einen Besuch ab wo wir in der alteingesessenen Werkstatt von Señor Isaias Jimenez die farbenfrohen und skurrilen Tierfiguren „Alebrijes“ bestaunen können. Auch der nächste Ort wird Fans von Tonwaren und Tradition begeistern. In Coyotepec besichtigen wir die traditionsreiche Töpferei Alfareria Don Valente wo wir von den Nachfahren des legendären Gründers Don Valente Nieto empfangen werden. Hier werden wir die Kunst des Töpferns, der Materialien und der Herstellung der unglaublichen vielen Arten des Tons eingeführt und erfahren die Geschichte des traditionellen Familienbetriebs. Zurück in Oaxaca unternehmen wir einen kleinen Spaziergang wo wir die wichtigsten Sehenswürdigkeiten kennenlernen und mehr über die Geschichte der Stadt erfahren.

Alternativ können Sie heute nach dem Besuch von Monte Albán auf das restliche Tagesprogramm verzichten und sich bei einem Kochkurs an den traditionellen Gerichten der Region probieren. Lassen Sie sich in das Geheimnis der Mole einweihen und kombinieren Sie verschiedene Zutaten der Saison (optional, nicht Im Preis enthalten, ca 85,- Euro, vor Ort zahlbar).

6. Reisetag: Hierve el Agua - Tehuantepec (F,M)

Nach dem Frühstück brechen wir zu den Kalksteinwasserfällen Hierve el Agua auf. Auf dem Weg machen wir einen Zwischenstopp am berühmten Baum von Tule, der aufgrund seines enormen Durchmessers als größter lebender Baum der Welt gilt. Anschließend ist Entspannung angesagt! Wir besuchen die idyllisch gelegenen Kalksteinwasserfälle Hierve el Agua, in deren mineralhaltigen Quellen wir uns erfrischen können. Danach fahren wir zu der Mezcalfabrik Gracias a Dios. Hier wird im Familienbetrieb von dem Mezcalmeister Oscar und seiner Familie die berühmte, mexikanische Spirituose auf traditionelle und organische Art und Weise hergestellt. Er führt uns persönlich durch das kleine „Palenque“, erklärt uns den Herstellungsprozess und wir kommen in den Genuss einer Mezcalprobe. Freuen Sie sich nach der Führung auf ein köstliches Mittagessen, welches von Doña Maria persönlich zubereitet wird, bevor es über eine serpentinenreiche Strecke weiter zur Pazifikküste nach Tehuantepec geht.

7. Reisetag: Markt von Juchitan - Sumidero Canyon – San Cristóbal de las Casas (F)

Wir erkunden heute früh zunächst den eindrucksvollen Markt im nahegelegenen Juchitan, auch bekannt als die „Stadt der Frauen“. In der kleinen Stadt herrscht noch eine matriarchale Struktur und die Frauen bestimmen hier das öffentliche Leben. Nach dem wir erfolgreich gefeilscht und Souvenirs für die Daheimgebliebenen erstanden haben, verabschieden wir uns vom Bundesstaat Oaxaca und fahren durch die Sierra Madre del Sur weiter in den Bundesstaat Chiapas. Nach so viel Kultur ist es jetzt wieder Zeit für ein Aktivprogramm. Auf einer rasanten Bootsfahrt durchqueren wir den spektakulären Sumidero Canyon. Durch tektonische Verschiebungen entstanden, schneidet sich die Schlucht des Rio Grijalva rund 1.000 m tief in die Bergkette hinein. Mit etwas Glück bekommen wir Krokodile, Pelikane und andere heimische Vogelarten vor die Kamera. Zurück an Land fahren wir weiter nach San Cristóbal de las Casas, ein koloniales Kleinod im südlichen Bergland von Chiapas, das Sie je nach Ankunftszeit auf eigene Faust entdecken können.

8. Reisetag: Indigene Dörfer & Stadtbesichtigung San Cristobál (F)

Gut erholt vom gestrigen Abenteuer wartet heute ein kulturelles Erlebnis der besonderen Art auf uns. In den 10 km entfernten indigenen Dörfern San Juan Chamula und Zinacantán leben hauptsächlich Angehörige der Maya-Stämme Tzotziles und Tseltales, die sich ihre traditionelle Lebensweise und ein autonomes Dasein bewahrt haben. Wir besichtigen die geschichtsträchtige und farbenfrohe Kirche Templo de San Juan und besuchen eine Tzotzil-Familie. Zurück in San Cristóbal de las Casas erkunden wir das hübsche Städtchen bei einem Stadtrundgang. Der Mix aus indigener Kultur und kolonialer Vergangenheit sorgt für eine besondere Atmosphäre und ein kunterbuntes Straßenbild. Neben der hübschen Kirche Santo Domingo und der schönen Kathedrale am Hauptplatz der Stadt schlendern wir natürlich auch über den bunten Markt, der auch Markt der Farben genannt wird. In dem dichten Gedränge aus Menschen, Ständen und Ware ist fast alles zu bekommen: von Fleisch über Gemüse, Obst und anderen landwirtschaftlichen Produkten bis hin zu Kleidung, Kunsthandwerk und Kleinvieh. Anschließend werden wir zu unserem Hotel gebracht und haben den Abend zur freien Verfügung.

9. Reisetag: San Cristóbal – Agua Azul & Misol Ha - Palenque (F)

Heute verlassen wir das Hochland von Chiapas in Richtung Palenque. Die Busfahrt hat etwas mythisches, denn der Regenwald liegt noch im morgendlichen Frühnebel und wir bekommen mit, wie die verschlafenen Dörfchen am Rande der kleinen kurvigen Straßen erwachen. Bei den Agua Azul Wasserfällen angekommen, sollten wir es uns nicht entgehen lassen kurz im einmalig türkisblau schimmernden Wasser eine Erfrischung zu gönnen und die berühmten Empanadas zu probieren. Von hier aus fahren wir weiter zum Wasserfall Misol-Ha, der aus etwa 40 m Höhe in die Tiefe stürzt. Über einen kleinen Pfad gelangt man direkt hinter den imposanten Wasservorhang - dank des feinen Sprühnebels ein sehr erfrischendes Erlebnis! Nach diesen eindrucksvollen Erlebnissen geht die Fahrt weiter nach Palenque, wo wir heute übernachten.

10. Reisetag: Palenque & Campeche (F)

Hoffentlich ist der Akku Ihrer Kamera ausreichend geladen, denn heute steht die Besichtigung Palenques auf dem Programm, welche als wohl eindrucksvollste aller klassischen Maya-Stätten Mexikos gilt. Die Ruinen, welche zwischen 600 und 800 n.Chr. erbaut wurden, umgibt durch ihre Lage eingebettet in tropischem Regenwald eine besondere Mystik, die noch bis heute jeden Besucher in ihren Bann zieht. Bei einer ausführlichen Führung durch die Anlage erfahren wir mehr über die Geschichte dieses magischen Ortes. Hier lassen wir die Stimmung auf uns wirken und nehmen viele tolle Fotos mit nach Hause. Anschließend fahren wir weiter nach Campeche. Mit seinen buntgestrichenen Häusern und den teilweise zu Museen, Geschäften und Kunsthandwerksläden umgebauten Festungsanlagen besticht die Stadt mit einer ganz eigenen Atmosphäre, die auch Sie begeistern wird. Hier können wir einen abendlichen Spaziergang an der Uferpromenade unternehmen und beim herrlichen Sonnenuntergang den Tag Revue passieren lassen!

11. Reisetag: Campeche – Uxmal – Mérida (F)

Das kleine Städtchen Campeche liegt noch abseits des großen Touristenstroms und der als UNESCO Weltkulturerbe deklarierte, historische Stadtkern wartet darauf heute von uns erkundet zu werden. Die Stadt ist vor allem wegen seiner beeindruckenden Befestigungsanlagen bekannt, die im 17. Jahrhundert aufgrund von Piratenüberfällen gebaut wurden. Im Anschluss an den Rundgang fahren wir weiter nach Uxmal, wo wir bei einer Besichtigung der Ruinenanlage in die spätklassische Maya-Epoche eintauchen. Die zu Ehren des Regengottes Chac zwischen 600 und 950 n. Chr. errichtete Anlage gilt neben Chichén Itzá als das bedeutendste archäologische Zeugnis Yucatáns. Nach einer ausgiebigen Entdeckungstour setzen wir unsere Reise nach Mérida fort. Bevor wir im Hotel einchecken, unternehmen wir noch einen kleinen Stadtrundgang durch die schmucke Altstadt von Mérida.

12. Reisetag: Mérida – Chichén Itzá - Strand von Xpu Há (F, M)

Ein kulturelles Highlight jagt das nächste – und auch der heutige Tag steht wieder im Zeichen der Mayas. Früh morgens brechen wir zu den Ruinen von Chichén Itzá auf. Die ehemalige Hauptstadt der Mayas gilt heute als eines der Wahrzeichen Mexikos. Die Siedlung, die von der gewaltigen Kukulkán-Pyramide beherrscht wird, wurde im sechsten Jahrhundert gegründet, hat einen Durchmesser von gut zwei Kilometern und war ein rituelles und administratives Zentrum. Nach einer ausführlichen Tour durch die imposante Ruinenanlage (hier fühlte sich selbst der größte Papaya Tours Mitarbeiter klein) haben wir die Chance in einer schönen Cenote zu baden und dort Mittag zu essen. Danach fahren wir weiter zum wunderschönen Strand von Xpu Há. Abseits der Touristenströme von Playa Carmen und Tulúm verbringen wir die nächsten Nächte im "Luxus Zelt – Camp" Serenitiy. Die komfortablen Zeltzimmer sind im asiatischen Safari – Stil geschmackvoll eingerichtet. Eingebettet in üppigem Regenwald bieten sie alle Annehmlichkeiten eines luxuriösen Hotelzimmers und sind mit Klimaanlage sowie privatem Badezimmer ausgestattet. Es ist das erste Hotel seiner Art an der Riviera Maya. Erholen Sie sich auf der wunderschönen Terrasse, am Pool oder am nur 200 m entfernten Traumstrand. Hier können Sie die Seele baumeln lassen.

13. Reisetag: Stranderholung in Xpu Há (F)

Der heutige Tag steht uns zum Entspannen frei zur Verfügung. Wer noch nicht genug kulturelle Eindrücke gesammelt hat kann heute an einem Ausflug zu der Ausgrabungsstätte von Tulúm teilnehmen (optional, nicht im Preis enthalten, vor Ort buchbar, ca. 40 Euro). Es sind weniger gewaltige Bauten, als vielmehr die einmalige Lage direkt über dem türkisfarbenen Meer, die hier beeindruckt.

14. Reisetag: Stranderholung in Xpu Há (F)

Am letzten Tag unserer Reise nutzen wir nochmal das Ambiente unserer Unterkunft zum Relaxen am Strand.

15. Reisetag: Xpu Há – Cancún - Rückreise (F)

Nach dem Frühstück heißt es Abschied nehmen. Wir werden von einem englischsprachigen Fahrer abgeholt und von ihm zum Flughafen von Cancún begleitet, von wo wir zurück nach Deutschland fliegen.

16. Reisetag: Ankunft in der Heimat

Herzlich Willkommen zu Hause! Wir hoffen Sie hatten eine spannende und erlebnisreiche Reise mit Papaya Tours.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
07.10.2017	22.10.2017	✗	2.999 €
€ 650,- EZ-Zuschlag			
04.11.2017	19.11.2017	✗	2.999 €
€ 650,- EZ-Zuschlag			
10.11.2018	25.11.2018	✗	3.099 €
€ 650,- EZ-Zuschlag			
23.03.2019	07.04.2019	✗	3.099 €
€ 590,- EZ-Zuschlag			
19.10.2019	03.11.2019	✗	3.099 €
€ 590,- EZ-Zuschlag			
09.11.2019	24.11.2019	✗	2.999 €
€ 590,- EZ-Zuschlag			
01.02.2020	16.02.2020	✗	2.999 €
€ 590,- EZ-Zuschlag			
21.03.2020	05.04.2020	✗	2.999 €
€ 590,- EZ-Zuschlag			
17.10.2020	01.11.2020	✗	2.999 €
€ 590,- EZ-Zuschlag			
07.11.2020	22.11.2020	✗	2.999 €
€ 590,- EZ-Zuschlag			

Viele = ✔ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- Linienflug ab/bis Frankfurt (mit Lufthansa, Air Canada oder United Airlines)
- Luftverkehrssteuer
- Alle Transporte und Transfers im Inland im klimatisierten Kleinbus
- Übernachtungen im DZ (mit DU/WC) in Hotels der Komfortklasse, in Tehuantepec in Hotels der Standardklasse
- Mahlzeiten auf Ihrer Reise: Tägliches Frühstück und 2 Mittagessen
- Alle im Programm vorgesehenen Aktivitäten mit Ausrüstung, es sei denn im Reiseablauf als optional gekennzeichnet
- Eintrittsgelder für die im Programm vorgesehenen Besichtigungen
- Alle Nationalparkgebühren
- deutschsprachige, qualifizierte Reiseleitung Tag 1-12
- Reise- und Mitnahmeempfehlungen
- 15,- Euro Spende an ein Hilfsprojekt

ZUSATZLEISTUNGEN

- Rail&Fly Deutschland (bei Buchung bitte Strecke und Datum angeben) (80 €)
- Weitere Abflugmöglichkeiten in Deutschland: München, Berlin-Tegel,Hamburg, Leipzig, Dresden (49 €)
- Weitere internationale Abflughäfen: Wien (75 €)
- Weitere internationale Abflughäfen: Zürich (auf Anfrage) (0 €)

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- private Extraausgaben
- Trinkgelder
- Getränke u. nicht aufgeführte Mahlzeiten
- bei Flügen über Kanada: eTA Gebühr: 7 CAD
- bei Flügen über die USA: ESTA Gebühr: 14 USD

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 8

Maximalanzahl von Personen: 14

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 15%
- Fälligkeit der Restzahlung: 31 Tage vor Reisebeginn
- Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 35 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Einreise & Gesundheit

- Für die Einreise nach Mexiko benötigen Sie einen noch mindestens 6 Monate über das Reisedatum gültigen Reisepass und eine Touristenkarte, die Sie im Flugzeug vor der Landung in Mexiko erhalten. Diese kostenlose Touristenkarte gilt 90 Tage zur einmaligen Einreise und muss unbedingt bis zur Ausreise aus Mexiko aufbewahrt werden. Die Einreisekarten sind in englischer und spanischer Sprache abgefasst und sollten in einer dieser Sprachen und in Blockbuchstaben ausgefüllt werden. Reisende weiterer Nationalitäten benötigen gegebenenfalls ein Visum. Bitte beachten Sie die jeweiligen Visabestimmungen und informieren Sie sich frühzeitig über einen Visumsantrag.
- Achtung: Einreisebestimmungen können sich kurzfristig ändern, ohne dass das Auswärtige Amt hiervon vorher unterrichtet wird. Verbindliche Auskünfte sind daher grundsätzlich bei den Landesbotschaften einzuholen. Für die Einhaltung der Reisebestimmungen ist grundsätzlich jeder Reiseteilnehmer selbst verantwortlich.
- Für europäische Reisende sind keine Impfungen vorgeschrieben. Bitte überprüfen Sie, ob die üblichen Impfungen wie Polio, Tetanus und ggf. Typhus ihre Wirksamkeit noch nicht verloren haben. Impfungen gegen Hepatitis A und B sind angeraten. Mexiko hat im Vergleich zu anderen lateinamerikanischen Ländern ein vorbildliches Gesundheitssystem – hier werden Sie im Notfall gut versorgt. In den großen Städten gibt es englisch- und deutschsprachige Ärzte.
- Dengue: In Mexiko besteht ein moderates landesweites Infektionsrisiko. Das Dengue Fieber ist eine Virusinfektion, die durch den Stich einer tag- und nachtaktiven Mückenart (Aedes aegypti und Aedes albopictus) übertragen wird. Krankheitsträger sind Menschen, in waldnahen Regionen, als auch Affen. Es ist aber zu beachten, dass der Virus nicht direkt von Mensch zu Mensch übertragbar ist! Die wichtigste und einzige Vorsichtsmaßnahme gegen das Dengue Fieber ist ein guter Mückenschutz: mückenabweisende Cremes oder Sprays, hautabdeckende evtl. imprägnierte Kleidung sowie imprägnierte Moskitonetze und eine Klimaanlage. Eine Impfung oder eine Prophylaxe mit Tabletten für Reisende ist noch nicht möglich. Wer spezifische Medikamente benötigt, sollte diese von zuhause mitbringen. Ein kleines Erste-Hilfe-Set mit Verbandszeug, Pflaster, Antibiotika, Antiallergika und Schmerzmitteln kann auf längeren Ausflügen sehr hilfreich sein. Wichtig: Die Impfvorschriften können sich kurzfristig ändern! Sie sollten sich über Infektions- und Impfschutz rechtzeitig informieren. Eine genaue Auflistung von länderspezifischen Impfempfehlungen, etc. erhalten Sie auch bei www.crm.de

- Hepatitis A & B: Empfohlen. Die infektiöse Gelbsucht ist in Mexiko weit verbreitet und wird durch unsaubere Nahrung und Wasser, also oral, aber auch auf fäkal-oralem Wege übertragen. In Sachen Impfschutz werden zwei Arten und Methoden unterschieden: Die Einfachinjektion mit einer kurzfristigen Wirkung von bis zu 2 - 3 Monaten (der beste Schutz besteht bis 4 - 6 Wochen nach der Impfung) und die wirksamere, aber auch teurere Mehrfachinjektion mit einer langfristigen Wirkung bis zu 10 Jahren. Malariaprophylaxe: Die auf dieser Reise besuchten Regionen Mexikos gelten als malariafrei.
- Montezumas Rache: Eine der weitverbreitetsten Krankheiten, die Mexiko mit sich bringt, ist "Montezumas Rache". Aber keine Sorge, vor Ort sind in jeder Apotheke entsprechende Durchfall-Medikamente erhältlich. Oftmals helfen die europäischen Mittel nicht, denn hier gilt es, andere Bakterien zu bekämpfen. Zur Vorbeugung achten Sie darauf, dass Sie kein Leitungswasser zu sich nehmen, dass das Essen gut durchgekocht ist und, dass ungeschälte Früchte und Gemüse vor dem Verzehr desinfiziert werden. Außerdem Vorsicht mit dem Essen an der Straße! Auch wenn es noch so lecker riecht, sollten Sie nicht Ihre Gesundheit riskieren und auch vorsichtig mit den exotischen Speisen sein.
- Fitnessanforderungen: Durchschnittliche Fitness und gute Gesundheit ist alles, was Sie mitbringen müssen! Generell kann man sagen, wenn Sie sich unsere Reisebeschreibung durchgelesen haben und diese Ihren Vorstellungen entspricht und Reiselust bei Ihnen weckt, dann sind Sie im Normalfall auch fit genug für eine solche Reise. Wichtig ist, dass Ihnen Klimaschwankungen nicht viel ausmachen. Im Zweifelsfall konsultieren Sie bitte frühzeitig Ihren Hausarzt.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.