



SÜDAMERIKA: PERU

PERU/BOLIVIEN/CHILE - FASZINATION ANDENREICH

- > Lima - Reserva Nacional de Paracas - Huacachina - Nasca Linien - Arequipa - Colca Canyon - Heiliges Tal der Inka - Inka Trail - Cusco - Llachón - La Paz - Uyuni Salzsee - Valle de la Luna

Lassen Sie sich auf dieser 20-tägigen Reise von der sagenumwobenen Andenwelt Perus, Boliviens und Chiles faszinieren. Ganz nach Papaya-Art entdecken wir in knapp drei Wochen die beliebtesten Sehenswürdigkeiten dieser Länder, bewegen uns aber auch mal abseits touristischer Pfade. Wir sind uns sicher, dass Sie nach Ihrer Reise, genau wie wir, vernarrt sein werden in das Reich der Anden.

Nach Ankunft in der quirligen Metropole Lima und einer Erkundungstour machen wir uns auf der Panamericana auf Richtung Süden, wo die Tierwelt der Ballestas Inseln und die Oase Huacachina auf uns warten, ehe wir uns die geheimnisvollen Nasca-Linien aus der Vogelperspektive anschauen. Arequipa und der Colca Canyon begeistern uns mit interessanter, andiner Kultur und einmaligen Panoramen. In Cusco und im heiligen Tal vertiefen wir unser Wissen über die Kultur der Inka, bevor wir die majestätischen Ruinen von Machu Picchu besichtigen. Wer möchte, kann dorthin wandern. Nach einem Abstecher zum schimmernden Titicacasee entdecken wir die bunte bolivianische Stadt La Paz und begeben uns schließlich auf eine abenteuerliche Jeep Tour durch den Uyuni-Salzsee. In der chilenischen Atacama-Wüste lassen wir unsere Abenteuerreise ausklingen.



REISEDETAILS

1. Reisetag: Abflug DE/AT/CH

Heute Abend startet Ihre Reise in die Andenwelt! Während eines angenehmen Nachtflugs an Bord von LATAM Airlines können Sie sich schon auf die bevorstehenden Abenteuer in Südamerika freuen.

2. Reisetag: Ankunft in Lima - City Tour (F)

Wir erreichen Lima, wo Sie von unserem Papaya Tours Reiseleiter in Empfang genommen und zu einem netten Hotel in Miraflores, eine der schönsten Gegenden Limas, gebracht werden. Dort wartet ein ausgiebiges Frühstück auf uns. Nach dem Frühstück und mit neuer Kraft erforschen wir dann in aller Ruhe die riesige Acht-Millionen-Metropole Lima. Wir werden uns zunächst den Plaza de Armas mit seinem Regierungspalast und der Kathedrale anschauen, bevor wir in den bekannten Katakomben des Klosters San Francisco an akkurat aufgestapelten Totenschädeln und Knochen vorbeipilgern. Anschließend besteht noch die Möglichkeit, ein paar Museen auf eigene Faust zu erkunden (sehr zu empfehlen ist das Goldmuseum und das archäologische Nationalmuseum). Wir werden den Tag heute früh beenden, da wir am nächsten Morgen sehr zeitig aufstehen werden, was uns aber durch die Zeitumstellung nicht schwer fallen, sondern eher entgegenkommen wird.

3. Reisetag: Lima - Paracas - Huacachina (F)

Gut ausgeruht, aber noch vor den Vögeln, starten wir in einen sehr spannenden Tag. Wir fahren zunächst auf der Panamericana gen Süden, vorbei an Stränden und Dünen. Bei einem kleinen Frühstücksstopp stärken wir uns dann für das erste Highlight des Tages, einer Bootstour zu den Ballestas Inseln, die als wahres Tierparadies bekannt sind. Auf den ungewöhnlich geformten Felsen der Inseln nisten zehntausende verschiedene Seevögel wie z. B. Pelikane und Blaufußtölpel. Die eigentlichen Hauptdarsteller sind aber die possierlichen Seelöwen und mit etwas Glück springen sogar Delfine um unser Boot herum. Zurück auf dem Festland machen wir auf dem Weg zu unserem Tagesziel Halt bei einer typisch peruanischen Bodega und können hier eine kleine Stärkung zu uns nehmen (optional, nicht im Preis enthalten). Nach einer kurzen Fahrt liegt sie dann endlich vor uns: die Oase Huacachina. Hier erwartet uns eine Atmosphäre wie aus 1001 Nacht, die einfach zum Bleiben einlädt. Die Oase, deren kleine Lagune das Zentrum bildet, liegt inmitten hoher Sanddünen. Wer noch nie in der Sahara war, kann es hier echtes Wüstenfeeling erleben, vor allem auf einer atemberaubenden Buggytour (optional, Preis ca. 23,- USD) durch das endlos erscheinende Dünenmeer. Ein echtes Erlebnis! Auch den Sonnenuntergang sollten wir hier nicht verpassen. Den Tag können wir zum Beispiel am Hotelpool entspannt ausklingen lassen.

4. Reisetag: Huacachina - Nasca (F)

Im Zentrum des heutigen Tages stehen die weltberühmten und von mystischen Theorien umwobenen Nasca Linien, die nur noch ca. 2-3 Stunden Fahrt entfernt liegen. Die enormen Tier- und Menschenfiguren, die mit einer unglaublichen geometrischen Präzision in den Wüstenboden gescharrt wurden, werden wir uns bei einem spektakulären Überflug aus der Luft aus ansehen (der Flug alleine ist schon ein Erlebnis und im Preis inklusive!). Schon kurz vor Nasca haben Sie die Möglichkeit einen ersten kleinen Eindruck der Wüstenscharrbilder von einem Aussichtsturm zu erhaschen. Aber erst aus der Luft kann man die kompletten Bilder und Linien erkennen und es werden einem die wahren Dimensionen bewusst. Um das warum und wie diese Bilder entstanden sind, ranken sich eine Menge Theorien, von denen aber keine bis dato bewiesen ist. Die deutsche Wissenschaftlerin Maria Reiche widmete ihr ganzes Leben der Erforschung dieser Linien. Wenn geöffnet (sehr unregelmäßig), besuchen wir auch das kleine Maria-Reiche-Museum, das in der bescheidenen Behausung der Deutschen errichtet wurde.

Anmerkung: Der Flug wird am Nachmittag stattfinden, da nachmittags und früh morgens die besten Lichtbedingungen herrschen.

Hinweis: Für all diejenigen, die nicht am Rundflug teilnehmen möchten, bieten wir alternativ einen 2-stündigen Ausflug zu dem Aussichtsturm Llipata und dem Cantayoc-Puquios-Wassersystem an. Hier können Sie ebenfalls den Ausblick auf die Nascalinien genießen und noch einen weiteren Einblick in die Nascakultur bekommen. Ihr Guide wird Sie bei diesem Ausflug in weitere Geheimnisse zur Nascakultur einweihen.

5. Reisetag: Nasca - Arequipa (F)

Heute wartet auf uns eine, mit über 600 km, sehr lange Fahrt in unserem Bus. Aber davon werden wir uns natürlich nicht einschüchtern lassen und beginnen den Tag mit einer Besichtigung der Gräber von Chauchilla, wo wir gut erhaltene und über 1000 Jahre alte Mumien der Poroma-Kultur zu Gesicht bekommen (ein wenig schaurig ist es schon!). Entlang der Küste fahren wir dann gen Süden bis nach Arequipa. Unterwegs werden wir natürlich auch eine Mittagspause einlegen und einen Strand besuchen. Dann haben Sie auch etwas Zeit, sich die Beine zu vertreten. Am Abend erreichen wir Arequipa.

6. Reisetag: Arequipa – City Tour (F,M)

Heute nehmen wir es locker! Am Morgen laden wir Sie zu einer City Tour durch Arequipa ein. Unser Bus bringt uns zunächst zu den Aussichtspunkten Carmen Alto und Yanahura. Im Anschluss machen wir einen Stadtrundgang durch die schöne koloniale Altstadt von Arequipa. Der Höhepunkt des heutigen Tages ist unumstritten der Besuch des mystischen Nonnenklosters Santa Catalina. Hier lebten über einen Zeitraum von 300 Jahren bis zu 150 Nonnen und ihre Dienstmädchen völlig abgeschottet von der Umwelt. Erst 1970 öffneten sich die Klostertore das erste Mal für die Öffentlichkeit. Zu Fuß begeben wir uns auf den Markt von San Camilo. Auf dem ältesten Markt Arequipas gibt es ein sehr breit gefächertes Produktangebot; von Gemüse über Schweinsköpfe bis hin zu lebendigen Cuys (Meerschweinchen) findet man fast alles. Besonders schön sind die riesigen Obststände. Nachdem wir den Markt besucht haben, ist es Zeit für unser Mittagessen. Der Rest des Tages steht Ihnen frei zur Verfügung. Wir geben Ihnen natürlich gerne Tipps, was Sie unternehmen und besichtigen können und welche der vielen Restaurants und Bars empfehlenswert sind.

7. Reisetag: Arequipa – Colca Canyon (F,A)

Heute fahren wir zum Colca Canyon, der nach peruanischen Angaben tiefste Canyon der Welt und ein absolutes Muss für jeden Arequipa-Besucher. Auf dem Weg zum Canyon fahren wir durch die beeindruckende Landschaft des Nationalreservats Salinas und Agua Blanca, wo wir wahrscheinlich auch unzählige Lamas, Alpacas und Vicuñas zu sehen bekommen. Auf dem höchsten Punkt der Fahrt, dem Patapampa Pass mit über 4.900 m Höhe, genießen wir noch einmal die herrliche Aussicht auf die umliegenden schneebedeckten Vulkanberge. Anschließend können wir auf Mountainbikes umsteigen und auf einer Serpentinstraße entlang faszinierender Kulissen nach Chivay (ca. 3.650 m) hinunterfahren (optional, ca. 12,- USD). Wer möchte kann die Strecke auch in unserem Bus zurücklegen. Für viele ist die Fahrradtour ein besonders schönes Erlebnis, denn hinter jeder Kurve verbergen sich neue, atemberaubende Aussichten auf das Colca Tal, die zu unzähligen Fotostopps einladen. Abends kommen wir im Hotel zu einem Abendessen zusammen.

8. Reisetag: Colca Canyon – Arequipa (F)

Heute müssen wir früh aus den Federn (Abenteuertouristen können nur selten wirklich ausschlafen), um am „Cruz del Condor“ den König der Vögel in der Morgenthermik aufsteigen zu sehen. Sie werden sich bei dem Wunsch ertappen, selbst ein Vogel zu sein! Von dort aus werden wir ca. eine Stunde am Grad des Canyon entlang spazieren und beeindruckende Aussichten genießen. Im Anschluss geht es, begleitet von tollen Panoramen, zurück durch die beeindruckende Landschaft des Nationalreservats Salinas und Agua Blancas, bis wir wieder in unserem gemütlichen Hotel in Arequipa ankommen.

9. Reisetag: Arequipa - Cusco (F,A)

Nach einem frühen Frühstück fliegen wir nach Cusco und checken dort in unserem Hotel ein. Danach geht es gleich weiter mit einer halbtägigen Stadtrundfahrt. Dabei besichtigen wir zuerst den „Plaza de Armas“ und können die Kathedrale und die „Iglesia de la Compañía“ von außen bewundern. Danach gehen wir weiter zum bekannten Zwölfeckigen Stein sowie zum Tempel Coricancha (hier wurde eine koloniale Kirche über einen Inkatempel gebaut; ein typisches Bild in Cusco). Ein Muss bei unserer Erkundung Cuscos ist außerdem ein Besuch von Sacsayhuaman. Die Ruinen der Inkafestung sind eine der bedeutendsten Sehenswürdigkeiten aus der Inkazeit und liegen etwa 3 km außerhalb von Cusco. Wie eine Bühne thront der insgesamt über 2.000 Hektar große Komplex mit seinen mächtigen terrassenförmigen Zickzackmauern und mehr als 30 archäologischen Fundstätten oberhalb des Stadtkerns der einstigen Hauptstadt des Inka-Imperiums. Der Panoramablick von hier über die Stadt ist überwältigend! Inmitten der von den Inka zusammengesetzten Steingiganten findet übrigens auch das jährliche Inti Raymi Fest statt. Wenige Kilometer weiter westlich erkunden wir das zwischen zerklüfteten Felsen gelegene Naturheiligtum Q'enko, wo noch heute die Altäre und die Opferrinne einstiger ritueller Zeremonien erhalten sind. Nach der kleinen Bergfestung Pukapukara besuchen wir außerdem das Wasserheiligtum Tambomachay. Nach dem Mittagessen haben Sie dann den Rest des Tages Zeit, um z. B. bei einem Spaziergang durch die engen Gassen die außergewöhnliche Atmosphäre dieser einzigartigen Stadt ganz individuell zu genießen. Später treffen wir uns wieder für ein gemeinsames Abendessen.

10. Reisetag: OPTION A: 2-tägiger Inka Trail/ B: mit dem Zug zum Machu Picchu/ C: 4-tägiger Inka Trail/ D: Salkantay Trail

OPTION A/B: Cusco - Heiliges Tal der Inkas (F)

Auf uns wartet heute das Valle Sagrado, das Heilige Tal der Inka. Das landschaftlich beeindruckende und farbenfrohe Tal mit seinen reizvollen Zielen war für die Inka eine bedeutende landwirtschaftliche Region. Die vielen Anbauterrassen ziehen sich durch das ganze Tal und werden noch heute von Bauern genutzt. Natürlich haben die Inka auch hier beeindruckende Ruinen hinterlassen. Sie werden die Ruinen von Ollantaytambo, die mit als die schönsten Ruinen gelten, besuchen. Aber auch noch eine ganz besondere Hinterlassenschaft der Inka haben wir auf dem Programm, die Salzterrassen von Pichingote. Aus salzhaltigem Quellwasser wird in einer terrassenförmigen Anlage durch Verdunstung Salz gewonnen. Es gibt ca. 3000 in den Berghang gebaute, kleine Becken, die seit 500 Jahren und auch noch heute zur Salzgewinnung benutzt werden. Ein beeindruckender Anblick! Wir kehren nicht nach Cusco zurück, sondern übernachten in einem gemütlichen Hostal bei Urubamba und gewinnen somit morgen ein paar Stunden Zeit vor unserem Aufbruch zur Tageswanderung auf dem Inka Trail. Es gibt nur zwei Arten, zu der mystischen Inkastadt zu gelangen, mit der Eisenbahn oder zu Fuß. Zu Fuß braucht man für den gesamten Inka Trail 4 Tage, wobei die ersten beiden Tage wirklich äußerst anstrengend sind. Daher bieten wir unseren sportlichen Wanderfans auch die Option des 4-tägigen Trail oder 4-tägiger Salkantay Trail Komfort plus an (Aufpreis für die 4-tägigen Trails EUR 165,- p.P.).

OPTION C: Start 4-tägiger Inka Trail (F,M,A)

Der 4-tägige Inka Trail ist ein ganz besonders Erlebnis für alle, die gerne aktiv sind. Diese Option

ist gegen einen Zuschlag von EUR 165,- p.P. buchbar. Früh morgens werden wir am Hotel abgeholt. Unsere Wanderung beginnt bei km 82, dem kleinen Dorf Piscacucho, dort lernen wir unsere Träger und Köche kennen, die uns auf dem Weg begleiten. Unser heutiger Weg ist anfänglich noch recht einfach und von schönen Panoramen über dem Fluss Vilcanota und dem schönen Anblick der Gipfel Veronica (Wakaywillque) geprägt. Dann erreichen wir die ersten Ruinen der ehemaligen Inkasiedlung, „Patallacta“. Wenig später erreichen wir den Ort Tarayoc. Dort pausieren wir zum Mittagessen, um anschließend mit neuen Kräften weiter nach Huayllabamba zu wandern. Wir schlagen unser erstes Camp auf und ruhen uns für den schweren zweiten Tag aus.

Wichtiger Hinweis:

*Die Buchung des Inka Trails unterliegt strengen Auflagen und der Trail ist auf täglich 500 Teilnehmer limitiert! Daher sollten Sie mind. 3 Monate (Nebensaison) bis 6 Monate (Hauptsaison) vor Reiseantritt buchen. Bitte kontaktieren Sie uns, damit wir Ihnen die Teilnahme am Inka Trail garantieren können! Für Kurzentschlossene, denen wir den Inka Trail nicht mehr anbieten können, bieten wir alternativ gerne die Trekkingtour Salkantay Komfort plus an (Zuschlag ebenfalls EUR 165,- p.P.)

Papaya Tours seit 2010 Inka Trail-Veranstalter! Als Peru-Spezialist sind wir besonders Stolz, Ihnen mitteilen zu dürfen, dass wir mit unserem Büro in Cusco seit 2010 der einzige deutsche Veranstalter sind, der den Inka Trail in Eigenveranstaltung mit eigenem Team und hochwertigem Equipment (nagelneu!) durchführt!

OPTION D: Start 4-tägiger Salkantay Trail (F,M,A)

Sie wollen grandiose Andenpanoramen erleben und legen Wert auf Exklusivität und Komfort? Dann ist unsere neue Salkantay Trail - Komfort Plus - Variante für Sie die ideale Trekking-Alternative zum klassischen Inka Trail. Aufgrund seiner spektakulären Bergpanoramen und landschaftlichen Vielfalt wird der Geheimtipp-Trail für immer mehr Trekking-Fans zur ersten Wahl. Diese Option ist gegen einen Aufpreis von EUR 165,- p.P. buchbar. Exklusiv und nur bei Papaya Tours erwartet Sie auf dem 4-tägigen Zelttrekking am Fuße des Salkantay jetzt ein ganz besonderer Service! Sie übernachten in extra großen Komfort-Zelten (Höhe 1,70 m), die mit bequemen Matratzen, Bettwäsche, Lampen und Nachttisch ausgestattet sind. Nach dem Wandertag an der frische Bergluft lassen Sie sich in gemütlichem Ambiente kulinarisch verwöhnen. Ihr persönliches Gepäck (bis zu 7 kg pro Person) wird von Mulis transportiert. Für den anspruchsvollen Passanstieg an Tag 2 stehen optional (gegen Gebühr) Maultiere bereit. Unser Tag beginnt heute sehr früh, allerdings können wir uns auf unserer Busfahrt zum Startpunkt der Wanderung noch ganz gemütlich in den Tag einfinden. In dem Ort Mollepata (2.900 m) haben wir noch die Möglichkeit, letzte kleinere Einkäufe zu tätigen, bevor wir in Challacancha (3.550 m) den Startpunkt der Wanderung erreichen. Dort werden wir bereits von unserer Koch- und Trägermannschaft erwartet, die uns in den nächsten Tagen begleitet.

Auf einem alten Inkapfad, der parallel zu einem Fluss verläuft, wandern wir gemächlich bis nach Soraypampa (3.865 m). Die heutige Wanderung dient vor allem der Akklimatisierung. In

Soraypampa erwartet uns bereits ein köstliches Mittagessen. Am Nachmittag führt uns ein kurzer Aufstieg zum wunderschönen Humantay-See (4.270 m). Die türkisblaue Berglagune speist sich aus dem gleichnamigen Gletscher, dessen gleißend-weiße Eisfelder eindrucksvoll vor uns aufragen. Genießen Sie die Ruhe und Abgeschiedenheit dieses Ortes. Zurück im Camp erwartet uns ein leckeres Abendessen.

Hinweis: Anders als beim Inka Trail sind auf dem Salkantay Trek Esel und Packtiere erlaubt. Es besteht die Möglichkeit, im Vorfeld ein zusätzliches Maultier für ihr Gepäck zu mieten. Außerdem können sie dann Teile des Weges auf dem Maultier reiten, um sich zwischendurch eine kleine Erholungspause zu gönnen und neue Kraft zu sammeln.

11. Reisetag: OPTION A: 2-tägiger Inka Trail/ B: mit dem Zug zum Machu Picchu/ C: 4-tägiger Inka Trail/ D: Salkantay Trail

OPTION A: Tageswanderung Inka Trail (F,M,A)

Endlich ist der große Tag gekommen: Für viele ist Machu Picchu der Höhepunkt einer Südamerikareise. Auf einem Teil des legendären Inka Trails pilgern wir nach Machu Picchu. Mit dem Bus und Zug fahren wir bis zu Kilometer 104. Von dort aus geht es zu Fuß weiter durch wunderschöne, grün bewachsene Bergschluchten, vorbei an Bächen und kleinen Wäldchen sowie den Inkaruinen Chachabamba und Wiñay Wayna. Am späten Nachmittag (nach etwa sechsstündiger Wanderung) erreichen wir das Sonnentor und sehen die Inkaruinen von Machu Picchu zum ersten Mal! Ein ergreifender Augenblick. Je nach Ankunftszeit werden wir heute schon ein wenig durch die Ruinenanlage laufen können und diesen magischen Ort in den Abendstunden mit nur noch sehr wenigen Touristen teilen. Hierfür werden wir ca. 20 min in geschlossener Gruppe haben. Dies kann nicht garantiert werden, klappt aber in der Regel. Anschließend fahren wir mit dem Bus nach Aguas Calientes, einem kleinen Ort am Fuße des Machu Picchu und übernachten in einem Hotel, bevor wir am nächsten Morgen wieder zu einer ausführlichen Besichtigung zu den Inkaruinen zurückkehren. Wichtiger Hinweis: Die Buchung des Inka Trails unterliegt strengen Auflagen und der Trail ist auf täglich 500 Teilnehmer limitiert! Daher sollten Sie mind. 3 Monate (Nebensaison) bis 6 Monate (Hauptsaison) vor Reiseantritt buchen. Bitte kontaktieren Sie uns, damit wir Ihnen die Teilnahme am Inka Trail garantieren können! Papaya Tours seit 2010 Inka Trail-Veranstalter! Als Peru-Spezialist sind wir besonders Stolz, Ihnen mitteilen zu dürfen, dass wir mit unserem Büro in Cusco seit 2010 der einzige deutsche Veranstalter sind, der den Inka Trail in Eigenveranstaltung mit eigenem Team durchführt!

OPTION B: Zugfahrt nach Aguas Calientes (F)

Sehr früh am Morgen machen wir uns auf den Weg Richtung Aguas Calientes. Während einige Ihrer Mitreisenden früher aussteigen, um sich auf den Inka-Trail zu begeben, fahren Sie mit dem Zug weiter durch das enge und tropisch bewachsene Tal entlang des Urubamba Flusses nach Aguas Calientes. Am Bahnhof angekommen, ist es nur noch ein kurzer Fußweg bis zu Ihrer gemütlichen Unterkunft. Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung. Entdecken Sie Aguas Calientes auf eigene Faust bei einem Bummel durch die vielen kleinen Gassen und den farbenfrohen Mercado de Artesanias. Für alle Naturfreunde und die, die es etwas ruhiger mögen,

bietet sich eine ca. halbstündige und einfache Wanderung entlang des Urubamba zu den Gärten von Mandor an (optional). Fernab vom lebhaften Zentrum von Aguas Calientes wandern Sie auf einem schmalen Pfad durch einen üppig bewachsenen und liebevoll gepflegten Naturpark bis hin zu einem Wasserfall und entdecken dabei die artenreiche örtliche Flora und Fauna. Ebenfalls nur einen halbstündigen Spaziergang entlang des Urubamba entfernt befindet sich das Museo de Sitio Manuel Chávez Ballón (optional). Bereits vor unserem Besuch von Machu Picchu am nächsten Tag können Wissenshungrige hier auf sehr anschauliche Weise alles über das Leben der Inka auf Machu Picchu und dessen Wiederentdeckung erfahren.

OPTION C: Huayllabamba - Pacaymayu (F,M,A)

Nach einem stärkenden Frühstück beginnen wir den zweiten Tag unseres Trekkings auf den Spuren der Inka. Der heutige Tag ist bekanntermaßen der anstrengenste. Bei unserem Aufstieg durch Nebelwälder werden wir viele Höhenmeter überwinden bis wir zum höchsten Punkt des Trekkings gelangen, dem Pass Warmiwañusqa. Hier kann einem schon mal die Puste ausgehen! Man wird aber mit fantastischen Ausblicken über das Tal belohnt. Nach dem Mittagessen geht es wieder abwärts bis zum Fluß Pacaymayo, in ungefähr 1 ½ Stunden von Wamiwañusca bis Pacaymayo, wo wir unser heutiges Camp aufschlagen.

OPTION D: Soraypampa - Salkantay Pass - Chayllay (F,M,A)

Heute steht uns die Überquerung des Salkantay-Passes bevor. Früh morgens werden wir mit einem heißen Coca Tee geweckt. Nach einem reichhaltigen Frühstück beginnen wir den Anstieg durch das enge Rio-Blanco-Tal. Die eindrucksvolle Eisflanke des Salkantay-Gletschers haben wir dabei immer fest im Blick. Mit jedem Höhenmeter wird die Vegetation etwas spärlicher. Während wir anfangs noch grüne Almweiden passieren, säumen bald darauf nur noch Geröllfelder unseren Weg. Über steile Serpentinien erklimmen wir schließlich die Passhöhe auf 4.638 m. Hier legen wir eine Pause ein und lassen den Blick über die schneebedeckten Gipfel der Cordillera Vilcabamba schweifen. Anschließend führt der Weg steil hinab bis nach Huayracmachay (3.860 m). Zwischen satt-grünen Hochweiden genießen wir ein leckeres Mittagessen. Entlang eines schmalen Flusstals setzen wir unsere Wanderung am Nachmittag fort. Nach kurzer Zeit finden wir uns in dichter Nebelwaldvegetation wieder. Die gedrungenen Bäume sind über und über mit Bromelien und Bartflechten bedeckt. Riesenfarne begrenzen unseren Wanderpfad. Mit etwas Glück erspähen wir im Geäst der Bäume einen Tukan oder Andenfelshahn. Am frühen Abend erreichen wir unser Camp in Chayllay (2.850 m). Freuen Sie sich nach diesem anstrengenden Tag auf ein köstliches Abendessen und Ihr bequemes Bett.

12. Reisetag: OPTION A: 2-tägiger Inka Trail/ B: mit dem Zug zum Machu Picchu/ C: 4-tägiger Inka Trail/ D: Salkantay Trail

OPTION A/B: Machu Picchu - Cusco (F)

Der heutige Tag beginnt sehr früh, damit wir direkt mit dem ersten Bus Machu Picchu erreichen. Früh morgens sind die Ruinen meistens noch vom Nebel eingehüllt, der nur hin und wieder einen kurzen Blick auf die „verlorene Stadt“ zulässt. Mit fortschreitendem Sonnenaufgang öffnet sich der Nebel immer mehr und enthüllt in einer spektakulären Art und Weise das Gesamtwerk Machu Picchu. An den Ruinen angekommen, können Sie ein wenig die magische Atmosphäre genießen, bevor die großen Touristenströme ankommen. Unser Guide wird Sie dann mit kleinen Anekdoten in die Geheimnisse um die Inkaruine einweihen. Um die Mittagszeit fahren wir wieder nach Aguas Calientes, von wo aus wir den Zug zurück nach Ollantaytambo nehmen und von dort mit dem Bus nach Cusco fahren. Für die, die noch Energie haben, ist heute ein idealer Tag, um das Nachtleben Cuscos zu genießen.

OPTION C: Pacaymayu - Wiñaywayna (F,M,A)

Unser Weg führt uns heute vorbei an den Ruinen von Runkuraqay über den zweiten Pass, den es zu überwinden gilt. Entlang einiger idyllischer Seen geht es schließlich zu den beeindruckenden Ruinen von Sayacmarca. Anschließend müssen wir noch einmal ein Tal durchqueren, um den 3. Pass zu besteigen, dessen Überquerung uns aber wesentlich leichter fallen wird. Sehr beeindruckend ist, dass wir auf unserem Weg sowohl eine Brücke als auch einen Tunnel passieren, die beide von den Inka konstruiert wurden. Nachdem wir uns dann die schönen und gut restaurierten Ruinen von Phuyupatamarca angeschaut haben, führt uns unser Weg hinab durch einen dichten Nebelwald mit vielen Orchideen. Am Nachmittag erreichen wir unser Camp bei Wiñaywayna.

OPTION D: Chayllay - La Playa - Hidroelectrica - Aguas Calientes (F,M,A)

Nach einem stärkenden Frühstück beginnen wir unsere letzte Tagesetappe durch eine zunehmend tropische Landschaft. Immer wieder passieren wir kleine Kaffee- und Bananenplantagen der örtlichen Kleinbauern. Am Wegesrand laden kleine Wasserfälle und glasklare Bäche zu einem Erfrischungsbad ein. Gegen Mittag erreichen wir den Ort La Playa (2.200 m), wo wir zu Mittag essen. Ein öffentlicher Bus bringt uns anschließend weiter in das Dorf Hidroelectrica. Von hier wandern wir weitere 2 Stunden durch tropische Vegetation entlang eines Schienenwegs nach Aguas Calientes (2.000 m). Unterwegs können wir bereits erste Ausblicke auf die Ruinen von Machu Picchu erhaschen. Optional besteht die Möglichkeit, die letzte Etappe mit dem Zug zurücklegen (nicht im Preis enthalten). In Aguas Calientes übernachten wir heute im Hotel. Bei einem gemeinsamen Abendessen lassen wir die Ereignisse der letzten Tage noch einmal Revue passieren.

13. Reisetag: OPTION A: 2-tägiger Inka Trail/ B: mit dem Zug zum Machu Picchu/ C: 4-tägiger Inka Trail/ D: Salkantay Trail

OPTION A/B: Cusco (F)

Nach diesem beeindruckenden Erlebnis steht Ihnen der heutige Tag völlig frei zur Verfügung. Genießen Sie nochmals die wunderschöne Stadt Cusco, bummeln Sie durch die hübschen Gässchen oder beobachten Sie das Leben am Plaza de Armas von einem der vielen Cafés und Restaurants aus. Hier bietet sich übrigens auch die ideale Möglichkeit, Souvenirs einzukaufen. Unser Tipp: Sie können hier sehr günstig schöne Ölgemälde kaufen! Unser Guide berät Sie natürlich auch gerne bezüglich anderer optionaler Aktivitäten, wie z. B. Museumsbesuche, Riverraffing (ca. 50,- USD vor Ort zahlbar), Mountainbiking (ca. 75,- USD vor Ort zahlbar) oder Fahrt zu den Ruinen von Pisaq.

OPTION C: Machu Picchu - Cusco (F)

Der heutige Tag beginnt sehr früh. Noch vor Sonnenaufgang brechen wir auf und wandern ca. 1 ½ Stunden zur „Puerta del Sol“ (Sonnentor), dem Tor zu Machu Picchu, von wo aus man einen tollen Ausblick auf die komplette Ruinenanlage hat. Früh morgens sind die Ruinen meistens noch vom Nebel eingehüllt, der nur hin und wieder einen kurzen Blick auf die „verlorene Stadt“ zulässt. Mit fortgeschrittenem Sonnenaufgang öffnet sich der Nebel immer mehr und enthüllt in einer spektakulären Art und Weise das volle Ausmaß von Machu Picchu. Unser Guide wird uns dann bei einem Rundgang durch die Anlage mit kleinen Anekdoten in die Geheimnisse um die Inkaruine einweihen. Um die Mittagszeit machen wir uns auf nach Aguas Calientes, einem kleinen Städtchen am Fuße des Machu Picchu, von wo aus wir den Zug zurück nach Ollantaytambo nehmen und von dort mit dem Bus nach Cusco fahren. Für die, die noch Energie haben, ist heute ein idealer Tag, um das Nachtleben Cuscos zu genießen.

OPTION D: Machu Picchu - Cusco (F)

Der heutige Tag beginnt sehr früh. Mit dem ersten Bus fahren wir hoch zu den Inkaruinen und begeben uns sofort zu den Inkaterrassen, von denen aus man die spektakuläre und von Fotos bekannte Aussicht über die Ruinenanlage hat. Früh morgens sind die Ruinen meistens noch vom Nebel eingehüllt, der nur hin und wieder einen kurzen Blick auf die „verlorene Stadt“ zulässt. Mit fortgeschrittenem Sonnenaufgang öffnet sich der Nebel immer mehr und enthüllt in einer mystischen Art und Weise das volle Ausmaß von Machu Picchu. Unser Guide wird Sie dann bei einem Rundgang mit kleinen Anekdoten in die Geheimnisse um die Inkaruine einweihen. Um die Mittagszeit machen wir uns auf den Weg nach Aguas Calientes. Von hier geht es zunächst mit dem Zug zurück nach Ollantaytambo, wo uns bereits unser Tourbus erwartet und zurück nach Cusco ins Hotel bringt.

14. Reisetag: Cusco - Llachón (Titicacasee) (F,A)

Heute fahren wir mit unserem privaten Tourbus an den Titicacasee. Die erste Hälfte der Reise ist von den herrlichen schneebedeckten Gipfeln der Anden dominiert, die sich majestätisch über den tiefen Tälern des Huatanay Flusses erstrecken. Später erreichen wir die etwas sanftere Hügellandschaft des Altiplano, hier bekommt man oft Alpacas und Vicuñas zu Gesicht. Auf der Fahrt werden wir neben spektakulären Andenkulissen auf dem Weg auch an verschiedenen Attraktionen, Ruinen und Sehenswürdigkeiten stoppen. Am späten Nachmittag erreichen wir Juliaca und fahren weiter zum idyllischen und ursprünglichen Dorf Llachón, das auf einer kleinen Halbinsel liegt. Hier integrieren wir uns in die Dorfgemeinschaft und lernen das Leben der peruanischen Bauern näher kennen.

15. Reisetag: Llachón - Los Uros - La Paz (F,M)

Nach dem Frühstück unternehmen wir eine interessante Bootsfahrt auf dem Titicacasee. Wir besuchen die schwimmenden Schilfinseen der Uro. Auf den etwa 40 schwimmenden Inseln leben heute nur noch 30 bis 50 Uro-Nachfahren, die fast ausschließlich vom Tourismus leben. Dort haben Sie auch die Möglichkeit, in einem der postkartenbekannten Totoraboote zu fahren. Mittags bedienen wir uns aus einer gut gefüllten Lunchbox, bevor wir dann die Grenze nach Bolivien überqueren und uns von unserem peruanischen Reiseleiter verabschieden. Unser bolivianischer Guide heißt uns herzlich Willkommen und gemeinsam mit ihm machen wir uns auf ins Landesinnere. Unterwegs legen wir einen kleinen Zwischenstopp bei der Ruinenstätte Tiwanaku ein. Dieses UNESCO Weltkulturerbe war das religiöse und administrative Zentrum der Prä-Inka Kulturen rund um den Titicacasee. Am späten Nachmittag erreichen wir dann schließlich unser Tagesziel: die quirlige Andenstadt La Paz. Bei der Anfahrt zu der in einem Kessel gelegenen Stadt werden wir bereits einen spektakulären Blick über die Metropole genießen können.

16. Reisetag: La Paz (F)

Am heutigen Tag können Sie sich unserem Guide zu einem interessanten Stadtrundgang anschließen oder optional ein atemberaubendes Mountainbike-Abenteuer erleben. Bei unserer Stadtbesichtigung werden wir einen interessanten Einblick in das alltägliche La Paz erhalten. Ein Muss auf dieser Tour ist natürlich auch der berühmte Hexenmarkt, auf dem alle möglichen Utensilien, Kräuter und verrückte Glücksbringer (z. B. getrocknete Lamaembryos) verkauft werden. Später geht es dann von La Paz immer abwärts und am Río Choqueyapu entlang. Je weiter es das Tal hinabgeht, umso schöner werden die Häuser. Kurz vor dem Valle de la Luna liegt der Kakteengarten Ancieto Arce. Das Mondtal überrascht Sie mit Formationen bizarrer Erd- und Steintürme, Säulenpyramiden und Felspilzen, die wie eine Mondlandschaft unter dem Andenhimmel liegen. Anschließend bestaunen wir die Metropole nochmal aus der Vogelperspektive bei einer Fahrt mit der städtischen Seilbahn. Danach bleibt uns noch reichlich Zeit, einige Attraktionen auf eigene Faust zu erkunden. Wir empfehlen Ihnen z. B. sich die Kolonialkirche Basílica de San Francisco, mit Ihrer reichen barocken Innenausschmückung anzuschauen. Weitere Informationen und Vorschläge erhalten Sie natürlich von unserem Guide.

17. Reisetag: La Paz - Uyuni - San Juan (F,M,A)

Früh morgens nehmen wir den ersten Flug nach Uyuni. Am Flughafen werden wir bereits erwartet und starten auf einen spektakulären Tagesausflug über den Salar de Uyuni. Die gleißend-weiße Uyuni Salzwüste erstreckt sich über eine Fläche von 12.000 Quadratkilometern zwischen den schneebedeckten 6.000-ern der West- und Ostkordillere. Wir bringen in Erfahrung, wie Salz verarbeitet wird, fahren an einem kleinen, aus Salzblöcken errichteten Hotel vorbei und bestaunen sogenannte „ojos“ (Augen), blubbernd-glücksende Salzquellen von unterirdischen Wasserläufen, die durch die Salzkruste brechen. Zur Mittagszeit erreichen wir die Isla Incahuasi. Diese kleine, karge Insel inmitten des weißen Nichts beheimatet bis zu 12 m hohe und ca. 1.200 Jahre alte Kakteen und bietet eine grandiose Rundumsicht über die weiße Fläche und die dahinter liegenden schneebedeckten Vulkanberge. Hier lassen wir uns auch in aller Ruhe unsere Lunchbox schmecken. Weiter geht es über den Salzsee in Richtung San Juan, wo wir in einer sehr einfachen Herberge in Mehrbettzimmern übernachten.

18. Reisetag: San Juan - San Pedro de Atacama (F,M)

Mindestens so beeindruckend wie der Sonnenuntergang ist auch der Sonnenaufgang über der noch kalten Salzwüste. Nach dieser Nacht fällt es uns auch gar nicht so schwer, mal wieder früh aufzustehen, denn heute haben wir eine sehr lange aber abwechslungsreiche Fahrt vor uns: Wir wollen die chilenische Wüstenstadt San Pedro erreichen. Auf dem Weg dorthin durchqueren wir abstrakte Landschaften wie die der Siloli Wüste mit ihren verrückten Steinformationen, die einen an Bilder von Salvador Dalí erinnern, fahren vorbei an der Laguna Colorada und können auf 5.000 m Höhe das Naturschauspiel der Geysire erleben. Lamas oder Vicuñas sind hier immer mal wieder unsere Wegbegleiter. Etwas später machen wir Halt an einer Hochlandlagune und genießen in einer interessanten Kulisse unser Mittagessen. Hier gibt es übrigens verschiedene Arten von Flamingos, darunter auch die berühmten James-Flamingos. Wenn wir hier angekommen sind, ist auch fast das Ende unserer Erlebnisreise durch Südamerika erreicht. Am bolivianischen Grenzpunkt wechseln wir das Gefährt, passieren die Grenze nach Chile und erreichen am späten Nachmittag die touristische Wüstenstadt San Pedro de Atacama. Am Abend feiern wir dann noch mal alle zusammen bei einem schönen Abendessen (optional, nicht im Preis enthalten) unsere tolle Zeit. Ein paar Taschentücher sollte man griffbereit haben.

19. Reisetag: San Pedro de Atacama - Calama - Heimreise (F)

Am Morgen machen wir uns auf den Weg zum Tal des Mondes. Seltsame Felsformationen inmitten der Wüste und mit dem Vulkan Lincancabur im Hintergrund machen diesen Ausflug zu einem unvergesslichen Erlebnis. Nach kleinen Spaziergängen durch bizarre, mondähnliche Landschaften, die ihre außergewöhnlichen Formen der Erosion von Salzhügeln verdanken, fahren wir gegen Mittag zu einem traumhaften Aussichtspunkt: Eine riesige Düne müssen wir dafür hochklettern, werden dann aber mit einem unvergesslichen Panorama belohnt. Am Nachmittag werden wir zum Flughafen von Calama gebracht. Nun müssen wir uns endgültig von Südamerika verabschieden, denn wir treten unsere Heimreise über Santiago de Chile an.

20. 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 €
13.05.2019	01.06.2019	X	3.799 €
€ 390,- EZ-Zuschlag			
22.07.2019	10.08.2019	X	3.799 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
12.08.2019	31.08.2019	X	3.899 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
23.09.2019	12.10.2019	X	3.899 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
14.10.2019	02.11.2019	X	3.799 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
05.11.2019	24.11.2019	X	3.799 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
16.03.2020	04.04.2020	X	3.999 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
13.04.2020	02.05.2020	X	3.999 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
11.05.2020	30.05.2020	X	3.999 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
20.07.2020	08.08.2020	X	4.199 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
10.08.2020	29.08.2020	X	4.199 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
14.09.2020	03.10.2020	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
12.10.2020	31.10.2020	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
02.11.2020	21.11.2020	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
30.11.2020	19.12.2020	X	4.099 €

€ 420,- EZ-Zuschlag			
15.03.2021	03.04.2021	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
19.04.2021	08.05.2021	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
17.05.2021	05.06.2021	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
07.06.2021	26.06.2021	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
26.07.2021	14.08.2021	X	4.199 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
16.08.2021	04.09.2021	X	4.199 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
13.09.2021	02.10.2021	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
11.10.2021	30.10.2021	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
08.11.2021	27.11.2021	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			
29.11.2021	18.12.2021	X	4.099 €
€ 420,- EZ-Zuschlag			

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Linienflug mit LATAM Airlines ab/bis Frankfurt via Madrid
- > Luftverkehrssteuer
- > Inlandsflüge: Arequipa - Cusco; La Paz - Uyuni; Calama - Santiago
- > Alle Transporte und Transfers im Inland im privaten Kleinbus; Aguas Calientes - Cusco im Zug; während der Uyuni Tour im 4x4
- > Übernachtungen in DZ (mit DU/WC) in einem ausgewogenen Mix von Mittelklasse-Hotels, sehr gemütlichen und landesüblichen Hostals und einfachen Unterkünften. In Llachón Übernachtung in sehr einfachen und rustikalen Unterkünften ohne fließend Wasser. Während der Uyuni Tour, Übernachtung in sehr einfachen und rustikalen Unterkünften ohne fließend Wasser in Mehrbettzimmern. Bei optionaler Buchung des 4-tägigen Inka Trails oder des 4-tägigen Salkantay Trails Komfort Plus Übernachtung in Zelten. (Hinweis: Bei Einzelzimmer Buchung kann kein Einzelzelt garantiert werden.)
- > Alle im Programm vorgesehenen Aktivitäten (inkl. Flug über die Nasca Linien) mit Ausrüstung, es sei denn im Reiseablauf als Extrakosten gekennzeichnet.
- > 2-tägiger Inka Trail (optional 4-tägiger Inka Trail oder 4-tägiger Salkantay Trail Komfort plus, Zuschlag für 4 Tage Trails EUR 165,-p.P.) alle Trails mit deutschsprachigem Wanderguide
- > Eintrittsgelder für die im Programm vorgesehenen Besichtigungen.
- > Alle Nationalparkgebühren.
- > Durchgehend deutschsprachige Papaya-Reiseleitung
- > Teilweise zusätzliche lokale, englisch oder deutschsprachige Guides, je nach Ort und Verfügbarkeit
- > Reise- und Mitnahmeempfehlungen
- > 15,- Euro Spende an ein lokales Hilfsprojekt

ZUSATZLEISTUNGEN

- > weitere Abflughäfen in Deutschland: Berlin, Düsseldorf, München (49 €)
- > weitere Abflughäfen in Deutschland: Hamburg, Leipzig, Dresden (89 €)
- > Rail&Fly Deutschland (zu anderen Flughäfen als Frankfurt) (80 €)
bei Buchung bitte Strecke und Datum angeben
- > internationale Abflughäfen: Wien (75 €)
- > internationale Abflughäfen: Zürich, Basel, Genf (Aufpreis auf Anfrage) (0 €)

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Flughafengebühr in Nasca (ca. 10,- USD)
- > Einreisesteuer in Bolivien (ca. 4,- USD)
- > Ausreisesteuer in Bolivien (ca. 3,- USD)
- > private Extraausgaben
- > Trinkgelder
- > nicht aufgeführte Mahlzeiten
- > Ausleihgebühr in Höhe von 25,- USD für den Schlafsack und 15,- USD für Wanderstöcke beim 4-tägigen Inka Trail

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 8

Maximalanzahl von Personen: 15

ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair



NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen! Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Peru entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **6426 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **149 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

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

Programmhinweise

- > Bitte buchen Sie früh, damit wir Ihnen die Teilnahme am Inka Trail garantieren können! Die Buchung des Inka Trails unterliegt sehr strengen Auflagen und ist auf täglich 500 Besucher limitiert, inklusive des begleitenden Personals! Daher sollten Sie die Teilnahme mind. 4 Monate vor Reiseantritt in der Nebensaison und 6 Monate vor Reiseantritt in der Hauptsaison buchen. Vielen Dank! Als sehr schöne Alternative zum klassischen Inka Trail bieten wir den Salkantay Trail für Kurzentschlossene an, der aufgrund seiner fantastischen Panoramen und geringerer

Teilnehmerzahlen für immer mehr Wanderfans zur ersten Wahl wird. Exklusiv nur bei Papaya Tours erwartet Sie auf dieser Trekking Tour jetzt ein ganz besonderer Service, wir bieten den Salkantay Trail als Komfort plus Variante an! Weitere Informationen hierzu finden Sie im Tourablauf unter der Option 4 Tage Salkantay Komfort plus.

Einreise & Gesundheit

- > Deutsche, Österreicher und Schweizer benötigen einen Reisepass, der bei Einreise noch sechs Monate gültig sein muss.
- > Außerdem braucht jeder Besucher eine Touristenkarte, die im Flugzeug ausgeteilt wird. Diese Touristenkarte ist kostenlos und gilt 90 Tage zur einmaligen Einreise. Die Touristenkarte muss unbedingt bis zur Ausreise aus Peru aufbewahrt werden. In Bolivien und Chile bekommen Sie ebenfalls eine Einreisekarte, die Sie bis zum nächsten Grenzübertritt bzw. der Ausreise aus Chile aufbewahren müssen.
- > 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! Wir halten Sie aber hierzu auf dem Laufenden. Für die Einhaltung der Reisebestimmungen ist grundsätzlich jeder Reiseteilnehmer selbst verantwortlich.
- > Gesundheit/Impfungen
- > Impfungen
- > Zu diesem Thema können wir im Folgenden nur Hinweise und Empfehlungen geben. Wir empfehlen jeder Teilnehmerin bzw. jedem Teilnehmer zusätzlich den Hausarzt oder ein Tropeninstitut zu konsultieren.
- > Vor der Abreise sollten Sie die Wirksamkeit der bei uns geltenden Standardimpfungen überprüfen, da bei eventuell notwendigen Auffrischungen häufig relativ große Abstände zu Reise-Impfungen einzuhalten sind. Dies kann den „Impfplan“ in entscheidendem Maße beeinflussen. Zu den Standardimpfungen gehören die Tetanus-Impfung (Wundstarrkrampf), Polio (Kinderlähmung) und Diphtherie (vor allem bei Kindern wichtig, diese Impfung erfolgt aber meist im Zusammenhang mit der Tetanusimpfung). Bitte kontrollieren Sie Ihren Impfausweis ob Sie noch über den erforderlichen Schutz verfügen oder konsultieren Sie Ihren Hausarzt.
- > Wichtig: Die Impfvorschriften können sich kurzfristig ändern! Sie sollten sich über Infektions- und Impfschutz rechtzeitig informieren.
- > Erforderliche Impfungen
- > Gelbfieber: Nach den neuesten Informationen der WHO besteht der Schutz gegen Gelbfieber nach einer Impfung ein Leben lang. Für Bolivien ist eine Impfung bei Einreise zwingend vorgeschrieben und wird auch kontrolliert. Sie benötigen den gelben Impfausweis. Kann dieser nach Aufforderung nicht vorgezeigt werden, können Zwangsimpfungen veranlasst werden. Eine Erstimpfung gegen Gelbfieber wird Personen über 60 Jahren nur empfohlen, wenn ein hohes und unvermeidbares Risiko einer Gelbfieber-Infektion vorliegt, da die Impfung häufiger zu starken Nebenwirkungen führt. Wir empfehlen, Ihren speziellen Fall mit einem fachkundigen

Arzt zu besprechen. Erscheint das Risiko zu groß, lassen Sie sich bitte ein Attest (in englische oder spanischer Sprache), dass die Impfunfähigkeit bescheinigt und im Normalfall in den Reiseländern anerkannt wird.

> Empfohlene Impfungen

> Die im Folgenden aufgeführten Krankheiten können in seltenen Fällen in Ihrem Reisegebiet auftreten. Wir geben Ihnen einige grundsätzliche Hinweise. Typhus: Diese Impfung wird empfohlen. Besprechen Sie das Verfahren mit Ihrem Hausarzt. Cholera: Eine Impfung gegen Cholera kann keinen hundertprozentigen Schutz vor einer Erkrankung bieten. Das Bundesgesundheitsamt spricht daher auch keine eindeutige Empfehlung für diese Maßnahme aus. Bei Einhaltung der wichtigsten Hygieneregeln ist eine Erkrankungsgefahr relativ ausgeschlossen. Ansteckende Gelbsucht (Hepatitis A): Empfohlen. Die infektiöse Gelbsucht ist in Südamerika 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. Malaria: Malaria wird durch die Anopheles-Mücke übertragen. Diese kommt nur in Höhen bis max. 2.000m vor. In höheren Lagen ist sie nicht überlebensfähig. Abgesehen von wenigen Tagen werden Sie sich während Ihrer Reise meist in Regionen über 2.000m aufhalten. Malaria tritt in Peru bisher auch nur in begrenzten Gebieten an der Küste oder im Tiefland auf. Eine Prophylaxe scheint daher aus unserer Sicht nicht unbedingt notwendig, wobei es auch hier in Ihrem Entscheidungsbereich liegen muss, das Restrisiko durch eine Prophylaxe auszuschließen. Im anderen Fall ist die Mitnahme eines Stand-by-Mittels wie Lariam ratsam. Dieses Präparat wird im Falle einer Malariaerkrankung akut eingenommen. Es wirkt lindernd aber nicht heilend. Bitte konsultieren Sie diesbezüglich Ihren Hausarzt oder einen Facharzt.

> Höhenkrankheit (Soroche)

> Die besuchten Regionen liegen teilweise in sehr großen Höhen. Ein Höhenanstieg auf über 3.000 m stellt für unsere ungewohnten Körper eine Belastung dar. Leichte Kopfschmerzen, Schläppheit und Müdigkeit sind Zeichen mangelnder Akklimatisation. Diese Symptome vergehen nach einigen Stunden oder Tagen. Der überall in Peru und Bolivien erhältliche Kreislauf anregende Mate de Coca (Tee aus Kokablättern) kann die Beschwerden lindern. Schwere Kopfschmerzen, Atemnot, Herzklopfen, Übelkeit, Appetitlosigkeit und Schlaflosigkeit sind hingegen Warnzeichen drohender Höhenkrankheit. In diesem Fall sollte man möglichst schnell wieder in tiefere Regionen und den Körper nicht zusätzlich belasten. Bettruhe ist unbedingt ratsam. Sobald Sie in Höhenlagen von über 3.500m gelangen, sollten Sie zur Vorbeuge stets viel trinken! Diese Maßnahme ist am besten zur Abwendung von Beschwerden geeignet. Trinken Sie viel Wasser oder Tee (Mate de Coca oder Tee mit Salz und Zucker). Sie sollten keine Schlafmittel einnehmen! Aspirin kann problemlos eingenommen werden. Für Medikamente zur Behandlung von Symptomen der Höhenkrankheit halten Sie bitte Rücksprache mit Ihrem Arzt. Da unsere Reise zur ausreichenden Akklimatisierung ausgelegt ist, sollten Probleme i.d.R. nicht auftreten; dies deckt sich auch mit unseren Erfahrungen, wonach es bei unseren Reisen bislang zu keinen ernsthaften Problemen wegen der Höhe gekommen ist.

> 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.