

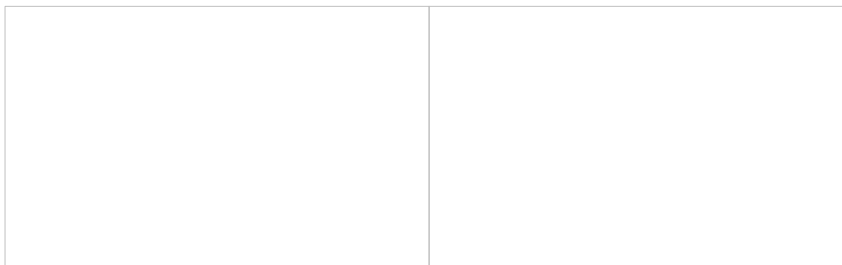


AFRIKA: SAO TOMÉ & PRÍNCIPE

SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE - VERZAUBERENDE KAKAOINSELN IM ATLANTIK

- > Im Dschungel den Hut festhalten – schnell zielt er das Haupt eines neugierigen Affen. Ihr rasantes Spiel scheint Einsteins Relativitätstheorie außer Kraft zu setzen. Dabei wurde diese auf einer der hiesigen kolonialen Plantagen erstmals praktisch nachgewiesen.

Begeben Sie sich auf die Spuren der kolonialen Vergangenheit São Tomés, deren Geschichte die vielen Roças erzählen. Lernen Sie bei einem Kochkurs was man so alles aus den hiesigen Kräutern und Gemüse- und Obstsorten zaubern kann. Entspannung pur halten dann die paradiesischen Strände bereit.



REISEDETAILS

1. Tag: Flug nach Lissabon

Linienflug von Europa nach Lissabon, der Hauptstadt Portugals. Übernachtung in einem Hotel in Flughafennähe. 1 Übernachtung im Hotel Star inn. -/-/-

2. Tag: Anreise nach São Tomé

Voraussichtlich morgens fliegen Sie über Lissabon nach São Tomé. **Ankunft** am Abend und Transfer in Ihr Design-Hotel am Rande der Hauptstadt und unweit des Atlantiks. Gemeinsam genießen wir ein **mehrgängiges Willkommensabendessen** mit fangfrischem Fisch im Restaurant Papa Figo. 3 Übernachtungen im Emoyeni Gardens Hotel mit Pool. **F/-/A**

3. Tag: Besuch der Roça Monte Café und Wasserfall-Wanderung

Fahrt ins Inselinnere nach **Monte Café**. Wir besichtigen die von Kaffeeplantagen umgebene, eindrucksvolle Roça. Im Nachbarort Saudade kehren wir in der Casa Almada Negreiros zum Mittagessen ein. Das kleine Restaurant ist für sein erstklassiges Essen und seine Terrasse mit attraktivem Blick über den Dschungel auf der ganzen Insel bekannt. Anschließend wandern wir durch Plantagen und vorbei an den abgelegenen Roças Bem Posto, Novo Destino, Formosa zu den **Tres Cascatas**. Die Wasserfälle laden zum Verweilen ein. Auf dem Rückweg nach Cidade besuchen wir den wohl bekanntesten Wasserfall der Inseln „**São Nicolau**“. Wanderung: Gehzeit: 3 Std., +/- 200 Hm (Die Gehzeit ist abhängig von der Witterung.), moderat; Fahrt: 2 Std., 30 km. **F/M/-**

4. Tag: Besichtigung der Hauptstadt und Besuch eines Sandkünstlers

Gemeinsam erkunden wir die lebendige Hauptstadt. Sehenswert sind u. a. die alte, gut restaurierte portugiesische Festung mit historischen Ausstellungsstücken und der große afrikanische Markt. Mittagessen in der Hauptstadt. Anschließend besuchen wir den **Sandkünstler Guilherme Carvalho** in seinem Atelier. Er macht sich die Farbvielfalt des Sandes an São Tomés Stränden zu nutzen und kreiert daraus interessante Kunstwerke. Wer Lust hat, kann sich unter seiner Anleitung sein eigenes Souvenir basteln. Abgerundet wird unser Tag durch eine Verkostung von Claudio Corallo's Schokoladenspezialitäten. **F/M/-**

5. Tag: Exotik pur und Komfort auf Príncipe

Am Morgen bringt ein Transfer uns zum Flughafen, von wo wir mit einer Propellermaschine auf die kleine Schwesterinsel Príncipe fliegen, die bis jetzt nur von sehr wenigen Touristen besucht wird. Auf der abgelegenen Insel leben ca. 10.000 Menschen. Der Hauptort Santo António ist ein beschaulicher Ort. Welcome to Paradise! Nach Ankunft am Flughafen kurze Fahrt zu unserer Unterkunft: Die Roça Belo Monte ist komfortabel und ungewöhnlich: Die liebevoll restaurierte Plantagensiedlung thront auf einer Anhöhe hinter den schönsten Stränden Príncipes. Die Anlage verfügt über einen Pool, der zum Entspannen einlädt. Unser Wanderung am Mittag beginnt bei Terrero Velho, wo wir einen Blick auf die Kakao-Plantagen des Chocolatiers Claudio Corallo werfen können. Wir wandern durch den geschützten Regenwald, den „Parque Natural“, der eine Vielzahl an Vögeln und Affenarten beheimatet. Unser Ziel ist der Wasserfall Oqué Pipi. Baden ist dort sehr gut möglich. Wanderung: Gehzeit: 2-3 Std., +/- 250 Hm, einfach; Fahrt: 1,5 Std. (insgesamt) 3 Übernachtungen in der Roça Belo Monte mit Pool. **F/-/A**

6. Tag: Insel- und Urwaldrundfahrt

Heute entdecken wir bei einem Inselausflug auf versteckten Wegen verwilderte und restaurierte Roças sowie das ein oder andere gut gehütete Geheimnis der Insel. Besonders interessant ist die Roça Sundry. Hier wurde 1919 während einer Sonnenfinsternis weltweit erstmals in der Praxis die Relativitätstheorie von Albert Einstein nachgewiesen. Eine Gedenktafel erinnert an den deutschen Physiker. Genießen Sie die schönen Aussichten und die spektakuläre Natur.

F/M/A

7. Tag: Ein freier Tag im Paradies

Verleben Sie den heutigen Tag auf Príncipe nach Ihren Wünschen und gestalten Sie ihn nach Ihren Bedürfnissen und persönlichen Vorstellungen. Genießen Sie die Annehmlichkeiten Ihrer Unterkunft oder entspannen Sie am vorgelagerten Banana-Strand. Man munkelt das dort in den 80ern die berühmte Bacardi-Werbung gedreht wurde. Alternativ nternehmen Sie – wenn Sie mögen – spannende Ausflüge. **F/-/A**

8. Tag: Flug zurück nach São Tomé und Fahrt entlang der Ostküste zur Roça São João dos Angolares

Es heißt Abschied nehmen von diesem vergessenen und unvergesslichen Fleckchen Erde. Wir fliegen zurück nach São Tomé und setzen unsere Reise durch die Kolonialgeschichte dort fort. Wir fahren entlang der Ostküste zu dem geschichtsträchtigen Ort **São João dos Angolares**, wo einst angolansische Sklaven lebten, die als Erste für ihre Freiheit kämpften. Unterwegs besichtigen wir die eindrucksvolle **Roça Água Izé** – die heute noch bewirtschaftet wird und machen danach Rast an einem der schönen Strände. Wir übernachten in der gleichnamigen **Roça mit Panoramablick** über Regenwald und Atlantik. Der são-toméische Inhaber João Carlos Silva ist als **Fernsehkoch** im fernen Portugal bekannt und gilt als ein Gourmet-Botschafter dieses winzigen Landes. Fahrt: 1 Std., 40 km

1 Übernachtung in der Roça São João, einfach. **F/L/A**

9. Tag: São-Toméischer Kochkurs

Bei einem Kochkurs lernen wir die Geheimnisse der são-toméischen Küche kennen. Anschließend genießen wir unser gemeinsam zubereitetes Menü. Am Nachmittag fahren wir mit einem Stopp an der eindrucksvollen Basaltnadel Cão Grande zu unserem ECO-Resort an der Südspitze. Nachdem wir unsere Bungalows mit Blick auf den Palmen gesäumten Strand bezogen haben, treffen wir uns zu einem Abendessen mit Meeresrauschen. Fahrt: 1 Std., 35 km

2 Übernachtungen im Praia Inhame Eco-Resort **F/M/A**

10. Tag: Auf dem Äquator

Nach dem Frühstück fahren wir nach Ponta Baleia. Unterwegs legen wir einen Stopp an der eindrucksvollen Basaltnadel Cão Grande ein. Weiter geht es mit einem Boot nach Rolas – die winzige Insel ist São Tomés Südspitze vorgelagert. Nach einem kurzen Spaziergang überqueren wir die Äquatorlinie. Der Strand ist mit Palmen gesäumt und lädt zum verweilen ein. Wir genießen die schönen Strände bevor wir am späten Nachmittag mit dem Boot zum Praia Inhame Resort übersetzen. Nachdem wir unsere Bungalows mit Blick auf den Palmen gesäumten Strand bezogen haben, treffen wir uns zu einem Abendessen mit Meeresrauschen. Nach dem Abendessen zeigen uns einheimische Musiker und Tänzer „Bulauê“, einen typischen Tanz des Landes. Bootsfahrt: 2 x 20 Min.; Wanderung: 1,5 Std, +/- 200 Hm, einfach

1 Übernachtung im Eco Resort Praia Inhame. **F/-/A**

11. Tag: Strandwanderung im Süden und Mangroven-Bootsfahrt

Nach dem Frühstück oder auch ein bisschen später brechen wir zu einer **Strandwanderung** entlang der südlichen Strände auf. Wir wandern durch Kokosnuss-Plantagen, vorbei am Praia Piscina und Praia Jalé. Unterwegs genießen wir ein Picknick an einem der Strände. Das letzte Stück bis Malanza legen wir mit dem Auto zurück. Ab Malanza unternehmen wir einen Bootsausflug durch **das größte Mangrovegebiet der Insel**. Anschließend fahren wir zu unserem 4-Sterne-Strandresort in Santana. In der Zeit bis zum Abendessen können Sie die Vorzüge des Resorts genießen. Ein beleuchteter Infinity-Pool lädt bis in die späten Abendstunden zum Baden ein. Wanderung: Gehzeit: 2 Std., +/- 100 Hm, einfach; Fahrt: 2,5 Std., 70 km
3 Übernachtungen im 4-Sterne-Strandresort Club Santana mit Pool. **F/L/A**

12. Tag: Fahrt entlang der Westküste mit Kakao-Lehrpfad

Fahrt entlang der Westküste zur **schlossähnlichen Roça Agostinho Neto**. Diese imposante Plantage liegt inmitten des Urwaldgrüns und gewährt einen Einblick in die sehr lebendige Kolonialzeit. Von dort geht es weiter an der Küste entlang – mit einem erfrischenden Bad unterwegs (z.B. an der Lagoa Azul) – zur **Roça Monte Forte** bei Neves. Dort wartet ein Mittagessen auf uns. Auf einem Lehrpfad entlang von Kakao-Plantagen und Verarbeitungsstätten, wie die **CECAB-Kooperative**, erfahren wir Wissenswertes über die Geschichte, den Anbau und die Verarbeitung des Kakaos. Auf dem Rückweg nach Santana treffen wir im Ort Morre Peixe **Herrn Hipólito**, einen **ehemaligen Schildkröten-Wilderer**, der sich heute für den Schutz der vom Aussterben bedrohten Meeressäuger einsetzt. Fahrt: 3,5 Std., 80 km.
Wanderung: 2 Std, +/- 200 Hm, einfach. **F/M/A**

13. + 14. Tag: Freizeit am Strand

Der 13.Tag steht Ihnen zur freien Verfügung. Genießen Sie die Annehmlichkeiten Ihres Resorts. Baden ist hier besonders gut möglich. Der Club Santana stellt Schnorchel-Ausrüstung zur Verfügung und verfügt über eine Tauchbasis. Tauchgänge können vor Ort gebucht werden (fakultativ). Zudem bietet die Unterkunft kostenlose Ausflüge an, wie einen Bootsauflug zu einer kleinen vorgelagerten Insel mit Schnorchelgang. Am Abend findet unser Abschiedsessen statt. **F/-/A** Am 14.Tag haben wir ein Tageszimmer für Sie vorgesehen. An diesem Tag ist kein Abendessen mehr inkludiert. Ihr Flughafentransfer findet voraussichtlich am späten Nachmittag statt. Flug über Lissabon zu Ihrem Zielflughafen. **F/-/-**

15. Tag: Ankunft in der Heimat

Gelandet! Über Lissabon erreichen Sie Ihren Zielflughafen voraussichtlich am Mittag. **-/-/-**

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
05.11.2015	16.11.2015	X	3.690 €
04.02.2016	15.02.2016	X	3.690 €
15.04.2016	25.04.2016	X	3.690 €
14.08.2016	24.08.2016	X	3.690 €
09.10.2016	19.10.2016	X	3.690 €
20.11.2016	30.11.2016	X	3.690 €
05.02.2017	15.02.2017	X	3.690 €
09.04.2017	19.04.2017	X	3.990 €
16.07.2017	26.07.2017	X	3.790 €
15.10.2017	25.10.2017	X	3.790 €
03.02.2018	14.02.2018	X	3.790 €
10.08.2018	24.08.2018	X	4.690 €
Bei diesem Termin besuchen wir die Auto de Floripes auf Príncipe, das größte und populärste Fest des Inselarchipels.			
23.11.2018	07.12.2018	X	4.590 €
08.02.2019	22.02.2019	X	4.590 €
26.07.2019	09.08.2019	X	5.090 €
15.11.2019	29.11.2019	X	4.990 €
07.02.2020	21.02.2020	X	4.990 €
16.07.2021	30.07.2021	X	4.790 €
27.12.2021	10.01.2022	X	4.790 €
21.01.2022	04.02.2022	X	4.590 €
16.07.2022	29.07.2022	X	4.790 €
25.12.2022	07.01.2023	X	4.790 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Flug Frankfurt-São Tomé-Frankfurt mit TAP Portugal in der Economy Class
- > Inlandsflüge São Tomé-Príncipe-São Tomé
- > Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- > Insg. 13 Übernachtungen in DZ (9x mit Pool), Du/WC, Tageszimmer am Abreisetag
- > 13x Frühstück, 2x Lunchpaket, 5x Mittag-, 10x Abendessen (tlw. mehrgängig)
- > Programm-Details: 5 Wanderungen und Spaziergänge, 2 Stadtführungen, Inselrundfahrten auf São Tomé und Príncipe, Besuch von Roças und Wasserfällen, Rolas-Bootsausflug, Mangrovenbootsfahrt, Musikabend „Bulauê“, Kochkurs, Sandkünstler, Schokoladenverkostung, Dorfprojekt, Eintritte laut Detailprogramm
- > Qualifizierte Reiseleitung in Deutsch ab Tag 2, tlw. lokale Wanderführer
- > Reiseführer Bradt, São Tomé e Príncipe, Auflage 2015
- > Hotelsteuer auf São Tomé e Príncipe (3 € pro Person und Nacht)
- > Infomaterial
- > 10 € Spende an Biodiversity Foundation von Dirk Steffens
- > CO2-neutral reisen! Flug- und Landprogramm kompensiert

ZUSATZLEISTUNGEN

- > Einzelzimmerzuschlag (790 €)

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > An- und Abreise zum Flughafen Frankfurt sowie Flughafentransfers in Lissabon
- > Hotelsteuer (3 € /Nacht), für die Verlängerungsnächte außerhalb der Gruppenreise
- > Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt
- > Trinkgelder und sonstige persönliche Ausgaben
- > Visum (nur bei individueller Verlängerung notwendig)
- > Reiseschutz
- > fakultative Ausflüge

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

Maximalanzahl von Personen: 12

ATMOSFAIR



NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Danke, dass Sie helfen das Klima zu schützen! Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Sao Tomé & Principe entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **2540 kg**. In Ihrem Reisepreis ist die Kompensation dieser Emissionen bereits inkludiert. Mit diesem Beitrag 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: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 28 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 28 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > Die Angaben zu den Wanderstrecken und -zeiten, Flug- und Transferzeiten sind angenäherte Erfahrungswerte und können je nach Straßenbeschaffenheit und Verkehrsaufkommen variieren. Transferzeiten von unter einer Stunde pro Tag sind nicht angegeben.

Generelle Hinweise

- > Die Anreise erfolgt mit TAP Portugal von Frankfurt nach São Tomé. Der Rückflug startet ebenfalls von São Tomé aus nach Frankfurt. Für die Anreise zum Flughafen bieten wir Ihnen sehr gerne Rail&Fly Tickets. Flüge ab Düsseldorf, Stuttgart, Köln, München, Hamburg, Berlin, Wien oder Zürich sind auf Anfrage möglich.
- > Auf den Flügen Lissabon - São Tomé und São Tomé - Lissabon wird jeweils ein technischer Zwischenstopp von ca. 50 Minuten in Accra (Ghana) eingelegt, bei welchem Sie in der Maschine bleiben.
- > Bitte teilen Sie uns bei Buchung den gewünschten Abflughafen mit (Frankfurt, Hamburg, Köln, Stuttgart, Berlin, Wien, Zürich oder München).
- > Das Land steckt touristisch noch in den Kinderschuhen. Ein gewisses Maß an Toleranz und Flexibilität ist daher erforderlich.
- > Änderungen, die den Charakter der Reise nicht beeinträchtigen, sind vorbehalten.

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