



Mit REISE KNOW-HOW umfassend informiert & gut vorbereitet:



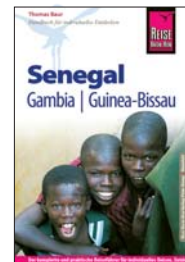
9 Inseln, 23 Karten



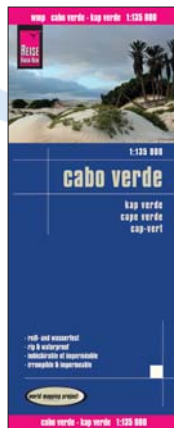
Viele Hintergrundinformationen, spannende Details & gute Tipps



Kauderwelsch Kapverdisch (Kriolo) und Portugiesisch – Wort für Wort:
die unkomplizierten Sprechführer für den Reisealltag



Senegal, Gambia, Guinea-Bissau:
der Reiseführer für die „Nachbarn“ auf dem afrikanischen Festland



Landkarte Cabo Verde 1:135.000:
die detaillierte Landkarte aus dem world mapping project™

Weitere Titel (Auswahl):

- Gomera
- Gran Canaria
- La Palma
- Lanzarote
- Madeira, Porto Santo
- CityTrip Marrakesch
- Westafrika Sahel-Länder

Sal, Boa Vista, Maio, Santiago, Fogo, Brava, São Vicente, Santo Antão und São Nicolau mit diesem kompletten Reiseführer entdecken:

- Alle praktischen Reisefragen vor & während der Reise
- Ausführliches Kapitel zu Land & Leuten und der kreolischen Kultur
- Sorgfältige Beschreibung aller sehenswerten Orte & Landschaften
- Unterkünfte-Empfehlungen für jeden Geldbeutel & Geschmack
- Kulinarisches: Cachupa, Caldo de peixe, Grogue u.v.m.
- Alle Transportmöglichkeiten vom Flugzeug bis zum Aluguer
- Beschreibung der interessantesten Wanderrouten und Trekkingtouren sowie konkrete Tipps für sonstige sportliche Aktivitäten
- Die schönsten Strände, Buchten, Windsurf-, Tauch- & Fischreviere

- 588 Seiten
- 30 Exkurse
- Übersichtskarten zu allen Inseln
- über 160 Fotos
- Archipel-Übersicht und die Inseln im Überblick auf S. 9 bis 13

REISE KNOW-HOW Verlag
Peter Rump, Bielefeld

7., neu bearbeitete und
komplett aktualisierte
Auflage **für 2013/14**

€ 23,90 [D]
ISBN 978-3-8317-2359-1



9 783831 723591

Cabo Verde

Pitt Reitmaier
Lucete Fortes

Handbuch für individuelles Entdecken

Cabo Verde Kapverdische Inseln



REISE KNOW-HOW Verlag Peter Rump Bielefeld



TIPPS

„... ein Handbuch
von REISE
KNOW-HOW (...),
damit sind sie
bestens bedient.“

FOCUS Online

Mindelo auf São Vicente:
quirlige Hafenstadt, kulturelles
und wirtschaftliches Zentrum | 207

Baden auf Boa Vista:
die schönsten Strände Cabo Verdes | 62

Der 2829 m hohe Vulkan Pico de Fogo:
eine Bergtour der besonderen Art | 164

Inselrundfahrt auf Maio:
wo die Strände weit und einsam sind | 81

Santo Antão, die grünste der Inseln:
Grate, Kämme und tiefe Täler | 229

Cidade Velha/Cidade da R^a Grande de Santiago:
zurück zu den Anfängen Cabo Verdes | 105

Santo Antão – von Porto Novo nach Ribeira Grande:
eine Fahrt auf der schönsten Bergstraße Cabo Verdes | 241

Baden, Tauchen und Surfen in Cabo Verde:
die besten Reviere, Zentren und Strände | 357, 359, 363

Trekking auf São Nicolau:
Ausflüge in eine herrliche Bergwelt | 291

Der komplette Reiseführer für Reise, Freizeit und Kultur, geschrieben von Landeskennern mit jahrelanger Erfahrung auf den Inseln

Der komplette Reiseführer für Reise, Freizeit und Kultur, geschrieben von Landeskennern mit jahrelanger Erfahrung auf den Inseln



Kapverdische Inseln



0 50 km © Reitmaier / Fortes 2013

Übernachtung

- 1 Hotel RIU Funaná
- 2 Hotel RIU Garopa
- 3 Clubhotel Vila do Farol
- 4 Hotel Sabura
- 5 Hotel Dunas de Sal
- 6 Djadsal Moradias
- 7 Hotel Novorizonte und Belorizonte
- 10 Hotel Morabeza
- 11 Hotel Pontão
- 15 Hotel Sobrado
- 18 Resid. Soares
- 19 Hotel Pousada da Luz
- 20 Aparthotel Santa Maria Beach

- 21 Resid. Cristal de Sal
- 23 Resid. Cabo Verde Palace
- 34 Hotel Central
- 40 Resid. Relax
- 42 Resid. Alternativa
- 44 Resid. Nha Terra
- 53 Hotel Les Alizés
- 61 Aparthotel Porto Antigo
- 64 Hotel Odjo d'Água

Sonstiges

- 17 Apotheke
- 52 Genuine Cabo Verde
- 58 Oficina d'Arte
- 65 Afric. Souvenir Market

Santa Maria/Sal



0

500 m

© Reitmaier / Fortes 2013

CaboVPU3

14 Flughafen, Espargos, Murdeira

Salinas

Friedhof

Ponta Preta, Tortuga Res, Vila Verde

Djadsal Moradias

Clinitur

Dunas de Sal

[Crioula]

Vila do Farol

Leuchtturm Farol de Sinó

Legende zu den Karten im Innenteil

- Übernachtung
- Essen und Trinken
- Einkaufen/ Sonstiges
- Nachtleben
- Wassersport

- ⓘ Touristeninformation
- ★ Sehenswürdigkeit
- Museum
- ⚔ Festung
- ⚔ Kirche, Kloster
- ⚔ Synagoge
- ☎ öffentl. Telefon
- ✉ Post
- 💻 Internetcafé
- 🏧 Bank, Geldautomat
- ✈ Flughafen
- ⛽ Tankstelle
- 🚢 Fähre
- ⚓ Hafen
- 🏖 Strand
- 🤿 Tauchen
- 🏥 Krankenhaus

Ausschnitt

Ponta do Lemé Bedje

- 43 Rest. Bombay
- 45 Cyber-Café Chill Out
- 46 Bar Biko
- 47 Rest. Leonardo
- 48 Bar Calema
- 49 Americo's Bar & Rest.
- 50 Rest. Chez Pastis
- 51 Rest. Carangeijo
- 54 Pasteleria Relax
- 55 Rest. Sal e Pimenta
- 56 Rest. Compad
- 57 Bar Tam Tam
- 59 Café Creol
- 60 Rest. Dado
- 62 Rest. Gigi' Manera
- 63 Rest. Quintalona
- 66 Café Cultural
- 68 Bar Blue
- 69 Eisdieler (Geladaria)
- 70 Rest. Barracuda
- 71 Rest. Cretcheu
- 72 Rest. Odjo d'Água
- 73 Rest./Bar Papaya

Essen und Trinken

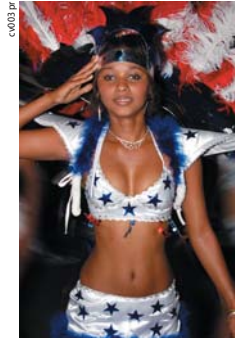
- 8 Rest. Atlantis
- 9 Rest. Morabeza Beach Club
- 12 Disco Pirata, Rest. A Onda
- 13 Rest. Vasco da Gama
- 14 Club N°1
- 16 Rest. Casa Amarela
- 22 Angulo Surf Center - Pizzeria

- 30 Rest. Zum Fischermann
- 31 Rest. Angela
- 32 Bar Casinha
- 33 Bar Maritimo
- 35 Bar Silva
- 36 Bar Jo Banana
- 37 Rest. Catchupa Carpaccio
- 38 Rest. Cristal, Bar Bons Amigos
- 39 Nachtbar Pub 7ª Onda
- 41 Rest. Fundo do Mar



Pitt Reitmaier, Lucete Fortes

Cabo Verde



Salziges Gedicht

Am Ende des Strandes bin ich geboren,
und so trag ich in mir alle Meere der Welt.
Meine Post sind die Wellen,
sie bringen und nehmen mit sich
Gruß und Geheimnis.
Meine Briefe (meine winzigen Briefchen der Sehnsucht)
sind salzige Seufzer,
von Nixen gepflückt vom Kamm der Wellen.
In den Schneckenhäusern und Muscheln aller Meere der Welt
sind sie verschlossen, meine Liebeslieder.
Denn am Ende des Strandes bin ich geboren,
und so trag ich in mir alle Meere der Welt.

Ovidio Martins, 1928

Impressum

Pitt Reitmaier, Lucete Fortes

REISE KNOW-HOW Cabo Verde, Kapverdische Inseln

erschieden im

REISE KNOW-HOW Verlag Peter Rump GmbH,
Bielefeld, Osnabrücker Str. 79, 33649 Bielefeld

© REISE KNOW-HOW Verlag Peter Rump GmbH
2001, 2004, 2005, 2007, 2009, 2011

**7., neu bearbeitete
und komplett aktualisierte Auflage 2013**

Alle Rechte vorbehalten.

Gestaltung:

Umschlag: G. Pawlak, P. Rump (Layout);
M. Luck (Realisierung)

Inhalt: G. Pawlak (Layout); M. Luck (Realisierung)

Fotonachweis: P. Reitmaier (pr), wenn nicht anders
gekennzeichnet; F. Dürmer (fd), I. Wagnsonner (iw)

Titelfoto: P. Reitmaier (Motiv: Blick vom Lombo da Tampa
auf R^a de Penede/Santo Antão/Weg 105)

Karten: P. Reitmaier/L. Fortes; der Verlag; C. Raisin

Lektorat: M. Luck

Druck und Bindung: Wilhelm & Adam, Heusenstamm

ISBN 978-3-8317-2359-1

Printed in Germany

Dieses Buch ist erhältlich in jeder Buchhandlung
Deutschlands, der Schweiz, Österreichs, Belgiens
und der Niederlande. Bitte informieren Sie Ihren
Buchhändler über folgende Bezugsadressen:

Deutschland

Prolit GmbH, Postfach 9, D-35461 Fernwald (Annerod)
sowie alle Barsortimente

Schweiz

AVA Verlagsauslieferung AG
Postfach 27, CH-8910 Affoltern

Österreich

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2, A-1230 Wien

Niederlande, Belgien

Willems Adventure, www.willemsadventure.nl

Wer im Buchhandel trotzdem kein Glück hat,
bekommt unsere Bücher auch über unseren

Büchershop im Internet: www.reise-know-how.de

0134001 PR

Wir freuen uns über Kritik, Kommentare
und Verbesserungsvorschläge, gern auch
per E-Mail an info@reise-know-how.de.

Alle Informationen in diesem Buch sind von
den Autoren mit größter Sorgfalt gesammelt
und vom Lektorat des Verlages gewissenhaft
bearbeitet und überprüft worden.

Da inhaltliche und sachliche Fehler nicht
ausgeschlossen werden können, erklärt der
Verlag, dass alle Angaben im Sinne der
Produkthaftung ohne Garantie erfolgen
und dass Verlag wie Autoren keinerlei
Verantwortung und Haftung für inhaltliche
und sachliche Fehler übernehmen.

Die Nennung von Firmen und ihren Produk-
ten und ihre Reihenfolge sind als Beispiel
ohne Wertung gegenüber anderen anzuse-
hen. Qualitäts- und Quantitätsangaben sind
rein subjektive Einschätzungen der Autoren
und dienen keinesfalls der Bewerbung von
Firmen oder Produkten.

An aerial photograph of a coastal town in Cabo Verde. The town is built on a hillside, with many buildings featuring red-tiled roofs. The ocean is a deep blue, and white waves are breaking on the shore. A hand is visible on the left side of the frame, pointing towards the ocean. The foreground shows a rocky, uneven surface, likely a cliff or a high vantage point from which the photo was taken.

Pitt Reitmaier
Lucete Fortes

CABO VERDE

KAPVERDISCHE INSELN



Auf der Reise zu Hause
www.reise-know-how.de

- ➔ Ergänzungen nach Redaktionsschluss
- ➔ kostenlose Zusatzinformationen und Downloads
- ➔ das komplette Verlagsprogramm
- ➔ aktuelle Erscheinungstermine
- ➔ Newsletter abonnieren



Bequem einkaufen
 im Verlagsshop



Oder Freund auf
 Facebook werden

Vorwort

Cabo Verde ist ein reiches Land. Reich an Musikern, an Poeten, an transnationaler Lebenserfahrung und Toleranz im Umgang mit Fremdem. Reich an faszinierenden Landschaften, an Bergen und Schluchten, Wüsten und grünen Tälern, weiten Stränden und kleinen Buchten. Auf und unter dem Meer setzt sich der Reiz des kleinen Landes ins Unendliche fort.

Cabo Verde ist anders. Es hat seine eigene Geschichte und Kultur, seine eigenen Probleme und Lösungen. Wo sonst auf der Welt haben drei Kontinente, vom Übergang des Mittelalters zur Neuzeit und von der industriellen Revolution zur modernen Globalisierung, ihre Geschichte(n) an einem gemeinsamen Ort geschrieben? Aus der Begegnung der Kulturen rund um den Atlantischen Ozean erwuchs eine neue, eine **kreolische Kultur**, so stark wie das Meer und so vielfältig wie die Landschaften.

Cabo Verde ist eine Muschel, klein und unscheinbar, der Glanz von Algen verdeckt, die Perlen tief im Inneren versteckt, eine Muschel, die schwer zu öffnen ist. Reisende können sich die Inseln selbst erschließen, können aktiv werden, um die Armut zu verstehen und den Reichtum zu erkennen, müssen lesen und forschen, um Kultur und Geschichte(n) einordnen zu lernen, müssen aufhorchen und die inneren Saiten spannen, um Gefühle und Musik aufzunehmen und mitzuschwingen in der fremden Kultur.

Mit diesem Buch möchten wir unsere Leserinnen und Leser auf dem Stück des Weges, das sie an der Seite der faszinierenden

renden **Cultura Caboverdeana** gehen, begleiten. Wir möchten sie in Gedanken zu den Ursprüngen und Zusammenhängen, zum Wesen und zum Schein, zu Problemen und Lösungen einbeziehen, die übergehen in Begegnungen und einen Blick zurück auf die eigenen Spuren im Sand.

Die **kosmopolitische Offenheit** der Kapverdianer, ihr Charme und der beständige Wechsel zwischen tiefem Ernst und spielerischer Leichtigkeit sind aus dem Text nicht zu erfahren. Sie werden Ihnen dennoch nicht entgehen, wenn Sie der Kommunikationsstärke der Kapverdianer mit Offenheit begegnen.

P.S.: Kreolische Kulturen zeichnen sich aus durch **beständigen Wechsel und rasche Veränderung**. Einflüsse aus der ganzen Welt werden schnell aufgegriffen, eingebunden, vermischt und farbenfroh belebt an die Welt zurückgegeben. So auch im Tourismus, wo Probleme und Lösungen jeden Tag neu erscheinen. Jede Auflage dieses Buches bedarf schon zum Zeitpunkt des Erscheinens erneuter Aktualisierung. Wir bitten Sie, die Leserinnen und Leser, um konstruktive Kritik und Mithilfe. Beachten Sie die Aktualisierungen auf unserer Website www.bela-vista.net/Adenda.htm und schreiben Sie uns: rkh@bela-vista.net.

Pitt Reitmaier und Lucete Fortes

Nicht vergessen!

Diese Tipps am Anfang eines Kapitels erkennt man an der **gelben Hinterlegung**.

Inhalt

Vorwort	4
Exkurse	6
Karten	8
Die Inseln im Überblick	9
Inselhüpfen? Weniger ist mehr!	12

1 Sal 15

Einleitung	17
Geschichte	18
Informationen zur Insel	20
Cidade dos Espargos	21
Pedra de Lume	23
Palmeira	26
Buracona	26
Santa Maria	26
Strände & Wasserverhältnisse	29
Sport & Aktivitäten	30
Praktische Infos	31

2 Boa Vista 41

Einleitung	42
Geschichte	44
Informationen zur Insel	51
Sal Rei	53
Inselrundfahrten	56
Spaziergänge & Wanderungen	59
Strände & Wasserverhältnisse	62
Sport & Aktivitäten	63
Praktische Infos	64

3 Maio 73

Einleitung	75
Geschichte	75
Vila do Maio	81

Exkurse

Boa Vista

Tückische Riffe	46
Barraca	48

Santiago

Luís Vaz de Camões	102
1585: Sir Francis Drake in S. Jacobs	114
Tabanka	120

Fogo

Museen in São Filipe	156
Wein aus Fogo	162
Vulkanhöhlen	
in der Chã das Caldeiras	164
Pico de Fogo	166
Bordeira do Fogo	168

Brava

Eugénio da Paula Tavares	186
--------------------------	-----

São Vicente

Die Leute von São Vicente	204
Flug über den Atlantik	212
Museu de Arte Tradicional	214

Santo Antão

Pedra da Nossa Senhora	246
Grogue aus Santo Antão	254
Puzzolana	258

São Nicolau

Ilhas Desertas	296
----------------	-----

Praktische Tipps A–Z

Rezepte aus Cabo Verde	322
Kleine Kunstwerke	382

Land und Leute

Aloe Vera	399
Große Entdeckungs- und Forschungsreisende	422
Eine kurze	
Geschichte des Zuckers	430
Relation Journalière –	
Duplessis 1699	434
Amílcar Cabral	446
Mais und Bohnen –	
eine intelligente Symbiose	470
Das Museumsschiff „Ernestina“	506
Panos aus Baumwolle	527
Baltasar Lopes da Silva	546
Jorge Barbosa	546

Unterkunftspreise nach Kategorien

⑤Luxushotels

Ab 90 €/ab 10.000 CVE

④Gehobene Mittelklasse (Hotels, Residenciais)

55 bis ca. 90 €/6000 bis ca. 10.000 CVE

③Mittelklasse (Hotels, Residenciais)

38 bis ca. 60 €/4200 bis ca. 6600 CVE

②Günstige Mittelklasse (Hotels, Residenciais)

25 bis ca. 40 €/2800 bis ca. 4500 CVE

①Besonders günstige einfache Unterkünfte

17 bis ca. 28 €/1800 bis ca. 3000 CVE

Inselrundfahrt	81	Praktische Infos	191
Strände & Wasserverhältnisse	84	Ilhéus Secos ou do Rombo	195
Praktische Infos	85		

4 **Santiago** **89** **7** **São Vicente** **197**

Einleitung	91	Einleitung	198
Geschichte	93	Geschichte	199
Praia	94	Informationen zur Insel	203
Cidade Velha	105	Mindelo	207
Von Praia nach Tarrafal	113	Calhau	216
Tarrafal	127	São Pedro	217
Von Tarrafal an		Strände	218
der Ostküste nach Praia	129	Sport & Aktivitäten	218
Strände & Wasserverhältnisse	132	Praktische Infos	219
Reiseplanung Santiago	132		
Praktische Infos	132		

5 **Fogo** **145** **8** **Santo Antão** **229**

Einleitung	147	Einleitung	230
Geschichte	147	Geschichte	231
Informationen zur Insel	152	Informationen zur Insel	234
São Filipe	154	Porto Novo	239
Rund um die Insel	157	Porto Novo – Ribeira Grande	241
Die oberen Ringstraßen	160	Cidade da Ribeira Grande	247
Ausflüge in die Chã das Caldeiras		Ponta do Sol	249
und zum Pico	160	Ausflug nach Fontainhas	251
Strände & Wasserverhältnisse	171	Durch die Ribeira Grande	
Praktische Infos	172	nach Garça	252
		Ribeira da Torre	256
		Zentrales Hochland, Lagoa	257
		Der Westen und Süden	257
		Wanderungen	263
		Strände & Wasserverhältnisse	266
		Praktische Infos	267

6 **Brava** **179** **9** **São Nicolau** **279**

Einleitung	181	Einleitung	280
Geschichte	181	Geschichte	281
Informationen zur Insel	182	Informationen zur Insel	285
Furna	184		
Vila Nova Sintra	184		
Ausflüge & Wanderungen	185		
Strände	191		

Karten

Kapverdische Inseln

Umschlag vorn

Santa Maria (Sal)

Umschlag hinten

Sal 16

Cidade dos Espargos 22

Santa Maria Umschlag hinten

Boa Vista 42

Sal Rei 54

Maio 74

Vila do Maio (Porto Inglês) 80

Santiago 90

Cidade Velha 106

Praia Übersicht 96

Praia Zentrum/Plateau 97

Tarrafal de Santiago 128

Fogo 146

São Filipe 155

Brava 180

São Vicente 198

Mindelo 208

Santo Antão 230

Porto Novo 238

Cidade da Ra Grande 248

São Nicolau 280

Vila da Ra Brava 286

Hinweise: In den Kopfzeilen wird auf die jeweils passende Karte verwiesen.

R^a steht für Ribeira.

Vila da Ribeira Brava 287

Der Osten 288

Vila Ribeira Brava – Preguiça 288

Der Westen 289

Tarrafal de São Nicolau 289

Wanderungen 291

Strände 292

Praktische Infos 292

10 Praktische Tipps A–Z 301

Als Gast in Cabo Verde 302

Anreise 307

Auskünfte und Adressen 313

Ausrüstung 314

Diplomatische Vertretungen 316

Einkaufen 318

Einreiseformalitäten 319

Essen und Trinken 320

Feiertage und Feste 327

Finanzen und Geld 328

Fotografieren 330

Gesundheit 333

Notfall 342

Öffnungszeiten 343

Reisen im Land 343

Reiseplanung 350

Reisezeit 352

Reiseveranstalter in Cabo Verde 352

Reiseversicherungen 354

Sicherheit und Kriminalität 355

Sport und Freizeit 357

Strom 381

Telefon und Post 381

Trinkgeld 383

Unterkunft 383

Zeitunterschied 386

Zoll 386

11 Land und Leute 389

Geografie	390
Klima	395
Flora	399
Fauna	407
Naturschutz	416
Geschichte	419
Politik	459
Wirtschaft	464
Entwicklungszusammenarbeit	485
Bevölkerung	492
Gesellschaft und Familie	511
Gesundheitswesen	515
Bildungswesen	519
Medien	521
Religion	524
Kunst und Kultur	527

12 Anhang 553

Reise-Gesundheitsinformationen	554
Sprache	555
Literatur	563
Wanderführer & Karten	566
Video	567
Register	575
Die Autoren	588

Hinweis

Die **Internet- und E-Mail-Adressen** in diesem Buch können – bedingt durch den Zeilenumbruch – so getrennt werden, dass ein Trennstrich erscheint, der nicht zur Adresse gehören muss!

Die Inseln im Überblick

Jede der Inseln ist eine kleine Welt für sich und bietet einige Möglichkeiten perfekt und schließt andere aus. Es ist unabdingbar, sich die zu den Urlaubs-Erwartungen „**passenden Inseln**“ auszusuchen. Wer sich gut informiert und „seine“ Insel(n) bewusst gewählt hat, kehrt zumeist begeistert aus dem Urlaub zurück. Wer die Reiseroute eher zufällig wählt, mag bitter enttäuscht werden, wenn er auf den „falschen“ Inseln landet.

Reisen im Land kostet sehr viel Zeit. Für eine individuell geplante **Inselrundreise** empfiehlt sich:

■ mindestens **zwei, besser drei Wochen** einzuplanen;

■ **max. zwei Inseln pro Woche** zu besuchen;

■ sich möglichst auf eine, **höchstens auf zwei Inselgruppen** zu beschränken, die untereinander leicht zu erreichen sind: Sal, São Vicente, Santo Antão; Sal, São Nicolau; Sal, Boa Vista; Santiago, Fogo, Brava; Santiago, Maio.

■ Das famose „**Islandhopping**“ mit kurzem Aufenthalt auf vielen Inseln führt zu hohen Kosten und tiefem Frust, weil man seinen Urlaub vorwiegend mit Warten in den Büros der Fluggesellschaften und auf den Flughäfen verbringt.

1 Sal (SL) 15

Hinweis: Die Kürzel hinter dem jeweiligen Inselnamen beziehen sich auf die Tabelle auf S. 12.

Sonne, Sand und Meer kennzeichnen die flache Badeinsel. Sal (dt.: Salz) bietet sich für alle Arten von Wassersport an. Wind- und Kitesurfer, Wellenreiter und Taucher finden optimale Bedingungen an kilometerlangen hellen Sandstränden vor. Moderne Hotels, kleine Pensionen und Restaurants in

der **Tourismusstadt Santa Maria** empfangen die Sonnenanbeter. Die Salinen in Pedra Lume, der Hafentort Palmeira und die Flughafengemeinde Espargos bieten sich für Ausflüge an.

nehmend besser entwickelter Infrastruktur bieten sich zum Baden, Surfen und Tauchen an. Dank des neuen internationalen Flughafens beschleunigt sich die Entwicklung des Tourismus. Schöne Wanderun-

2 Boa Vista (BV) 41

(dt.: schöner Anblick) Die Insel mit ihren hellgelben Sanddünen ist ein kleines „Insel-Sahel“. Mehrere, bis über 20 km lange, gleibende Sandstrände mit großen Hotelanlagen, stetiger Wind und eine reiche Unterwasserfauna sind das ideale Umfeld zum **Baden, Surfen und Tauchen**. Das wüstenhafte Innere lockt Streckenwanderer, Radsportler und Ultra-Marathonläufer.

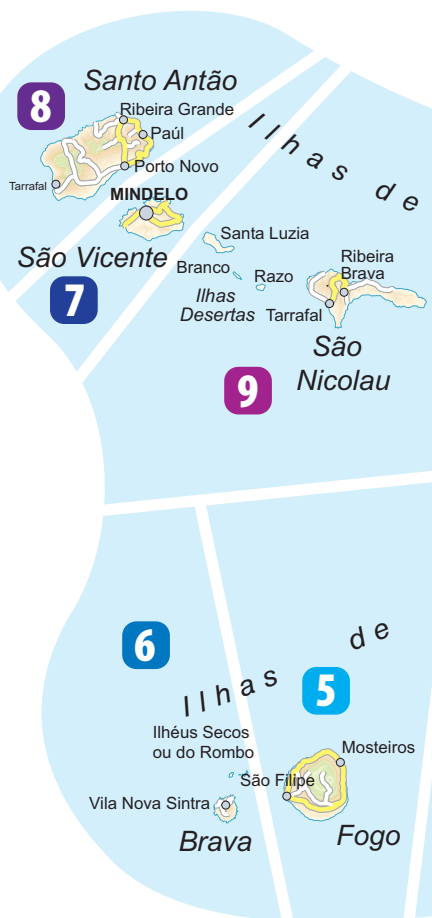
3 Maio (MA) 73

(dt.: Monat Mai) Die flache und trockene Insel mit ausgedehnten feinsandigen Stränden ist schwerer erreichbar als Sal und Boa Vista und findet somit weniger Beachtung. Kleine Pensionen, ein Hotelneubau und private Feriendomizile in oder nahe **Vila do Maio** bilden die touristische Infrastruktur. Wer **Baden und Wandern** an einsamen Stränden liebt und Ruhe und Entspannung abseits der Touristenzentren sucht, wird Maio schätzen.

4 Santiago (ST) 89

Die **größte**, mittelgebirgige Insel war und ist Sitz der **Hauptstadt Praia** (132.000 Ew.). In **Cidade Velha** (früher Cidade da Ribeira Grande de Santiago) geht der Besucher auf Tuchfühlung mit der Geschichte. Hier machten die großen Entdecker Station, hier nahm der transatlantische Sklavenhandel seinen Anfang. Große und kleine Strände mit zu-

gen und Mountainbikefahrten machen Santiago zur Insel mit den vielfältigsten Möglichkeiten für einen Aktivurlaub.



5 Fogo (FG)

145

(dt.: Feuer) Der 2829 Meter einsam aus dem Meer ragende **aktive Vulkan** zeigt bizarre Mondlandschaften schwarzer Lava und Aschen. Die weiten Wälder, hoch gelegene Hangwiesen mit reicher endemischer Vegetation sowie abwechslungsreiche Kulturlandschaften finden

Besteigung des Vulkans mehr Kondition als alpinistische Erfahrung verlangt, bleibt der neu eröffnete Klettersteig über die Bordeira den alpinistisch Ambitionierten vorbehalten! Baden ist eher schwierig. Ein Bummel durch die historische Altstadt von **São Filipe** und Wanderungen durch 500 Jahre alte Kulturlandschaften bringen Geschichte und Kultur auf Tuchfühlung. Eine Schnellfähre verbindet Fogo mit Praia (Santiago) und Brava.

6 Brava (BR)

179

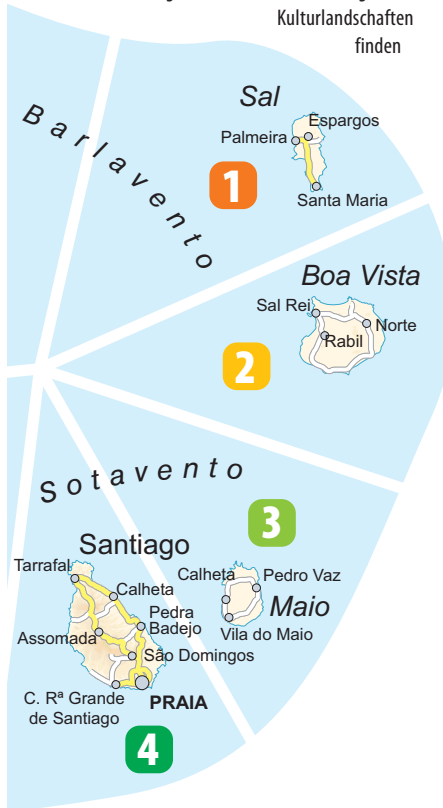
(dt.: die Wilde, oder besser die Tapfere?) Die kleinste der bewohnten Inseln ist **kühler und grüner** als ihre Nachbarinnen und bietet interessante Mittelgebirgswanderungen (bis zu einer Woche). Die kleine Stadt **Vila Nova Sintra** liegt hoch über dem Meer, in ihrer architektonischen Substanz seit der Kolonialzeit weitgehend unverändert. Nur abgelegene Strände erlauben sicheres Schwimmen. Eine Schnellfähre verbindet Brava mit der Insel Fogo. Da die Fähre über Nacht in Brava bleibt, müssen Besucher mindestens eine Übernachtung auf der Insel einplanen. Ein Zeitpuffer von zwei bis drei Tagen bis zum Rückflug nach Europa ist sinnvoll.

7 São Vicente (SV)

197

An der größten und schönsten Hafenbucht des Landes, dem Porto Grande, liegt **Mindelo**, die **zweitgrößte Stadt des Archipels**, ein wirtschaftlicher und kultureller Mittelpunkt. Die britisch und mediterran geprägte historische Altstadt im Kolonialstil des 19. Jahrhunderts bietet interessante Baudenkmäler, Restaurants, Geschäfte und Bars. Die weiten Strände werden zunehmend erschlossen. Der Strand von Baía das Gatas ist ganzjährig auch für Kinder geeignet. Das Inselinnere ist vorwiegend

dagegen noch lange nicht die gleiche Aufmerksamkeit bei den Reisenden. Fogo ist eine Insel für Kulturbeflissene und **Bergwanderer**. Während die



Inselhüpfen? Weniger ist mehr!

Neun bewohnte Inseln, nicht weiter als eine Flugstunde voneinander entfernt und mit dieser Vielfalt an Landschaften, Kultur und Freizeitmöglichkeiten, lassen den Wunsch keimen, möglichst rasch von einer Insel zur nächsten zu hüpfen, um möglichst viele kennenzulernen. Der Wunsch mag verständlich sein, doch die Sprünge sind nicht so einfach!

Fährverbindungen sind zwischen einigen Inseln absolut pünktlich und zuverlässig. Alle anderen Schiffsverbindungen sind nicht planbar.

Flugverbindungen bedingen Wartezeiten in Reisebüros und an den Flughäfen. In einem kleinen Land mit nur einer Airline und mehreren Flughäfen,

die nur tagsüber angefliegen werden können, muss der gesamte Flugplan geändert werden, wenn auch nur eine Maschine länger als erwartet im Hangar steht oder ein Pilot überraschend ausfällt. Dann kommen auch Sportgepäck, Fahrräder und Koffer nicht unbedingt mit der gleichen Maschine an. Mit mehreren Flügen in rascher Folge wachsen die Probleme.

Wie einen Cabo-Verde-Urlaub planen, ohne zu „hüpfen“, und dabei doch viel erleben? Das Hauptinteresse darf darüber entscheiden, welchen Internationalen **Flughafen** man für die Einreise bevorzugt:

CaboVerde_17_Angebot

Weniger	SL	BV	MA	ST	FG	BR	SV	SA	SN
mehr									
Badebetrieb mit Strandleben									
Baden an einsamen Stränden									
Windsurfen									
Wellenreiten									
Tauchen									
Segeln									
Sportfischen									
Wandern, hochgebirgsmäßig									
Wandern, mittelgebirgsmäßig									
Wandern in der Ebene									
Mehrtägige Wanderungen (Trekking)									
Klettern									
MTB (mit eigenem Bike)									
MTB (Verleih)									
Historische Monumente und Museen									
Kapverdianische Kulturveranstaltungen									
Clubhotels all inclusive									
Moderne Großhotels									
Moderne kleine Hotels / Pensionen									
Traditionsunterkünfte									

© Reitmaier / Fortes 2013

■ Surfer, Wind- und Kitesurfer mit eigenen Boards, Strandtouristen, Sonnen- und Wüstenfans:

Aeroporto Internacional Aristides Pereira auf Boa Vista (BVC) und Aeroporto Internacional Amílcar Cabral auf Sal (SID). Von Boa Vista laufen Inlandsflüge über Sal oder Praia. Von Sal sind São Nicolau, São Vicente, Boa Vista und Praia meist direkt erreichbar. Boa Vista und Sal habe keine planmäßigen, für Reisende geeigneten Fährverbindungen, auch nicht untereinander.

■ **Bergwanderer und Mountainbiker:** Aeroporto Internacional Cesária Évora auf São Vicente (VXE) und Aeroporto Internacional Nelson Mandela in Cidade da Praia (RAI). Von São Vicente erreicht man leicht und zuverlässig in einer Stunde per Fähre die Wanderinsel Santo Antão und findet Wanderangebote für mehr als einen Jahresurlaub! Auf Santiago gibt es schöne Bergwanderreviere, von Praia geht eine regelmäßige, recht zuverlässige Schnelfähre auf die Vulkaninsel Fogo und zur kleinen Wanderinsel Brava. Mountainbiker, die über diese Flughäfen einreisen, können auch in der Gruppe sicher sein, dass kein Fahrrad zurückbleibt, und ersparen sich so Verpacken und Abfertigen, also Zeit und Kosten.

Wanderer und Mountainbiker, die auch Interesse an (urbaner) Kultur haben und/oder ein paar Tage am Strand verbringen wollen, treffen auf jeder Inselgruppe auf ein **breites Angebot**. Tarrafal de Santiago, Praia Baixo und Praia selbst bieten Strände auf Santiago, genauso wie Tarrafal de Monte Trigo auf Santo Antão und São Pedro mit seinen weiten Stränden sowie Calhau und Baía das Gatas auf São Vicente mit Windsurf-, Kitesurf- und Tauchschulen.

Sich auf **eine, höchstens zwei Inselgruppe zu beschränken**, verspricht einen erlebnisreichen und frustarmen Urlaub! Weniger ist eindeutig mehr in Kap Verde – und keine der „verpassten“ Inseln schwimmt bis zum nächsten Urlaub davon ...

trocken und bietet doch einige interessante Tages-touren für Wanderer. Auf einer Inselrundfahrt sollte man den Hausberg Monte Verde mit seinem einmaligen Panorama nicht auslassen.

8 Santo Antão (SA) 229

Die faszinierende Bergwelt der im Nordwesten dauerhaft grünen Insel macht sie zur **Wanderinsel**. Der landschaftliche Reichtum reicht von tropischen Tälern bis zu vulkanischen Mondlandschaften, und entsprechend umfasst das Spektrum der Wege einfache Spaziergänge im Tal genauso wie Wanderungen auf gepflasterten Maultierwegen und anspruchsvolle Mehrtagestouren im Hochgebirge. Ländliche Infrastruktur, familiäre Quartiere und bezaubernde Dörfer an steil aufragenden Küsten begeistern jeden Naturfreund. Mountainbiking, Canyoning und Tauchen sind in den letzten Jahren hinzugekommen.

9 São Nicolau (SN) 279

Noch kommen wenige Reisende, um den **beschaulichen Charme** São Nicolaus zu entdecken, nicht zuletzt, weil die Flugverbindungen spärlich sind. Die Bergwanderungen sind ähnlich schön, aber weniger spektakulär und deutlich weniger anstrengend als auf Santo Antão. Große Sandstrände, einsame Badebuchten und rekordverdächtige Reviere für Sportfischer verwöhnen die Freunde des Meeres. Das weitläufige Netz kleiner Straßen und großer Maultierwege wartet darauf, von Mountainbikern entdeckt zu werden.