



Cabo Verde Kapverdische Inseln

Sibylle Schellmann
Lucete Fortes
Pitt Reitmaier

REISE Know-How-Verlag Peter Rump Bielefeld



TIPPS

Mindelo auf São Vicente:
quirlige Hafenstadt, kulturelles
und wirtschaftliches Zentrum des Archipels | 212

Baden auf Boa Vista:
hier locken makellose Strände | 71

Der 2829 m hohe Vulkan Pico de Fogo:
eine Bergtour der besonderen Art | 172, 174

Inselrundfahrt auf Maio:
wo die Strände weit und einsam sind | 92

Santo Antão, die grünste der Inseln:
Grate, Käme und tiefe Täler | 234

Cidade Velha/Cidade da Ribeira Grande de Santiago:
zurück zu den Anfängen Cabo Verdes | 117

Santo Antão – von Porto Novo nach Ribeira Grande:
eine Fahrt auf der wohl schönsten Bergstraße der Inseln | 244

Wandern auf São Nicolau:
Ausflüge in eine herrliche Bergwelt | 297

Sibylle Schellmann,
Lucete Fortes, Pitt Reitmaier

Cabo Verde



» Cabo Verde ist ein authentisches, unverfälschtes
und differenziertes Reiseziel, das einzigartig ist. Einzig-
artig in Bezug auf die Menschen, die Natur, die Kultur
und die Geschichte. «

*José Ulisses Correia e Silva (Premierminister Cabo Verdes,
1962 in Praia geboren)*

Impressum

Sibylle Schellmann, Lucete Fortes, Pitt Reitmaier
REISE Know-How Cabo Verde, Kapverdische Inseln

erschienen im
REISE Know-How Verlag Peter Rump GmbH
Osnabrücker Str. 79
33649 Bielefeld
Deutschland
+49-521-946490
info@reise-know-how.de

© REISE Know-How Verlag Peter Rump GmbH

**10., neu bearbeitete
und aktualisierte Auflage 2025**
Alle Rechte vorbehalten.

PDF-ISBN 978-3-8317-4335-3

Gestaltung und Bearbeitung

Umschlag: P. Rump, der Verlag (Layout);
M. Luck (Realisierung)
Inhalt: G. Pawlak, W. Rump, der Verlag (Layout);
M. Luck (Realisierung)
Karten: Th. Buri
Fotonachweis: P. Reitmaier (pr), S. Schellmann (sch),
M. Dehner (deh), I. Wagnsonner (iw)
Lektorat: M. Luck

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

Anzeigenvertrieb

KV Kommunalverlag GmbH & Co. KG,
Alte Landstraße 23, 85521 Ottobrunn,
Tel. 089-928096-0, info@kommunal-verlag.de

Bildlegende Umschlag und Vorspann

Titelbild: Santiago in der Regenzeit
(Adobe Stock © Samuel B.)
Vordere Umschlagklappe: Sanddünen auf Maio (sch);
Kugelfisch auf dem Trockenen (sch)
S. 1: Gut gelaunt bei der Feldarbeit (sch)
S. 2/3: Herrliche Sandstrände
sind ein Kennzeichen Cabo Verdes (sch)

Wir freuen uns über Kritik, Kommentare
und Verbesserungsvorschläge, gern
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.

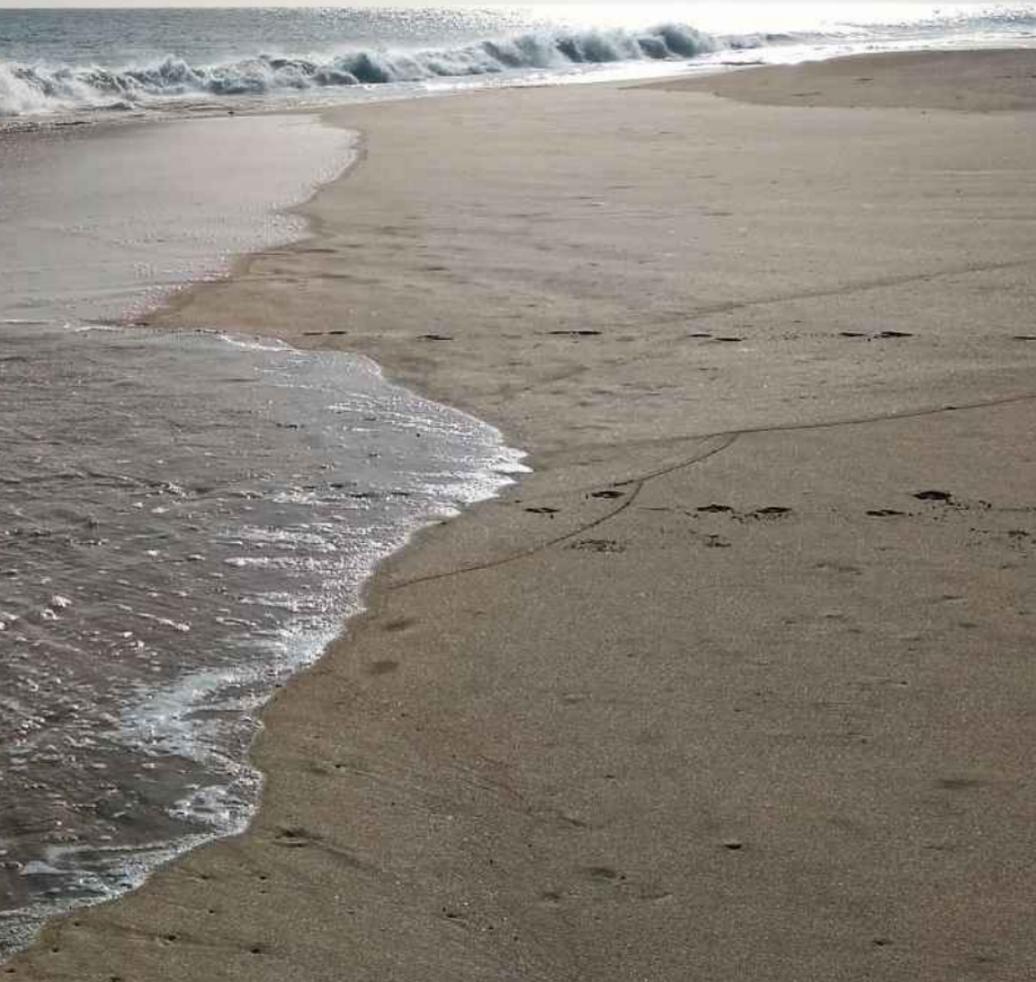
Da inhaltliche und sachliche Fehler nicht
ausgeschlossen werden können, erklärt
der Verlag, dass alle Angaben im Sinne der
Produkthaftung ohne Garantie erfolgen
und dass Verlag wie Autoren keinerlei
Verantwortung und Haftung für inhaltliche
und sachliche Fehler übernehmen.

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.

Die Information über und die Bereitstellung
von digitalen Zusatzinhalten (z.B. Links,
GPS-Tracks o.Ä.) ist eine freiwillige Zusatz-
leistung des Verlages, auf die kein Anspruch
besteht und für deren Richtigkeit aufgrund
der Veränderlichkeit solcher Informationen
auch nicht gehaftet werden kann. Insbeson-
dere behält sich der Verlag deshalb vor, die
Bereitstellung und die Zugriffsmöglichkeit
zeitlich zu befristen und den Zugriff hierauf
auch vorfristig abzuschalten.

Sibylle Schellmann
Lucete Fortes
Pitt Reitmaier

CABO VERDE KAPVERDISCHE INSELN



Vorwort

Cabo Verde ist ein reiches Land. Reich an Musikern und Poeten, an transnationaler Lebenserfahrung und an 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 Herausforderungen und Lösungen. Wo sonst auf der Welt haben drei Kontinente 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 im Umbruch. Nachdem sich die touristische Entwicklung des Landes lange Jahre überwiegend auf die „Strandinseln“ Sal und Boa Vista konzentrierte und dort große Hotelsorts und ein breites Wassersportangebot entstehen ließ, wird nun zunehmend das immense Potenzial an Natur- und Kulturerbe-Ressourcen des ganzen Archipels erkannt: Jede Insel für sich ist ein authentisches und unverwechselbares Reiseziel. Qualität vor Quantität sowie nachhaltiger Tourismus und die Integration der lokalen Gemeinschaften rücken in den Vordergrund.

„**Cabo Verde, do Coração**“. So lautet der neue, im Februar 2024 offiziell vorgestellte Tourismus-Slogan der Kapver-

den: „Cabo Verde, von Herzen“. Hervorgehoben wird damit die Offenheit und Lebensfreude der Kapverdier, das dazugehörige Marketingsymbol ist ein farbenfrohes Herz, das die zehn Inseln des Archipels einrahmt.

Cabo Verde will entdeckt werden. Dank der Vielfalt der Inseln bieten sich dem Urlauber großartige Möglichkeiten: hier baden, dort wandern, hier surfen, dort entspannen, hier tauchen, dort Kultur. Mit diesem Buch möchten wir unsere Leserinnen und Leser auf dem Stück des Weges begleiten, den sie an der Seite der faszinierenden „Cultura Caboverdeana“ gehen. Wir liefern Informationen, Eindrücke und Gedankenanstöße, die dabei helfen, Land und Leute ken-

© 176 sch



nen- und verstehenzulernen. Wenn Sie das Land unvoreingenommen bereisen, werden Sie Gelegenheit haben, in das kapverdische Lebensgefühl einzutauchen, und viele bleibende Erinnerungen mit nach Hause nehmen.

Cabo Verde ist eine kreolische Kultur. Sie zeichnet sich aus durch beständigen Wechsel und rasche Veränderungen: Einflüsse aus der ganzen Welt werden schnell aufgegriffen, eingebunden, vermischt und farbenfroh belebt an die Welt zurückgegeben. Auch im Tourismus, wo Probleme und Lösungen jeden Tag neu erscheinen. Dieser Reiseführer ist so aktuell wie möglich, aber natürlich auch immer ein bisschen überholt. Daher freuen wir uns immer über kon-

struktive Kritik, Feedback und Mithilfe; den entsprechenden Kontakt dazu finden Sie auf der letzten Seite des Buches.

Wir wünschen Ihnen **viel Spaß** bei der Lektüre des Buches und hoffen, dass Sie eine unvergessliche Zeit auf dem so sehenswerten kapverdischen Archipel erleben werden.

*Sibylle Schellmann,
Lucete Fortes und Pitt Reitmaier*

Cabo Verdes Bergwelt kann auf schönen Wanderungen erkundet werden (hier São Nicolau)



| | | | |
|--|-----|----------------------------|-----|
| Von Tarrafal an der Ostküste nach Praia | 142 | Wanderungen | 197 |
| Poilão (Talsperre) | 143 | Strände | 199 |
| Strände & Wasserverhältnisse | 144 | Praktische Infos | 199 |
| Praktische Infos | 144 | <i>Sete Sóis Sete Luas</i> | 202 |
| | | Ilhéus Secos ou do Rombo | 203 |

5 Fogo

Die Vulkaninsel 156

| | |
|---|-----|
| Geschichte | 159 |
| <i>Der Kampf um soziale Gerechtigkeit</i> | 161 |
| Cidade de São Filipe | 163 |
| <i>Museen in Cidade de São Filipe</i> | 164 |
| Rund um die Insel | 165 |
| Monte Genebra | 165 |
| Miradouro do Alto Espigão | 166 |
| Cidade dos Mosteiros | 166 |
| Die oberen Ringstraßen | 168 |
| Ausflüge in die Chã das Caldeiras und zum Pico | 168 |
| Von São Filipe zur Chã das Caldeiras | 169 |
| <i>Wein aus Fogo</i> | 170 |
| <i>Vulkanhöhlen in der Chã das Caldeiras</i> | 172 |
| Pico de Fogo (Besteigung) | 172 |
| <i>Pico de Fogo</i> | 174 |
| <i>Bordeira do Fogo</i> | 176 |
| Strände & Wasserverhältnisse | 180 |
| Praktische Infos | 180 |

6 Brava

Die kleinste Insel 188

| | |
|---------------------------------|-----|
| Geschichte | 189 |
| Furna | 191 |
| Cidade Nova Sintra | 192 |
| Fajã d'Água | 193 |
| <i>Eugénio da Paula Tavares</i> | 194 |
| Nossa Senhora do Monte | 196 |

7 São Vicente 204

Die Insel der Kontraste 206

| | |
|--|-----|
| Geschichte | 209 |
| Mindelo | 212 |
| <i>Flug über den Atlantik</i> | 218 |
| Monte Verde | 219 |
| Baía das Gatas | 219 |
| Salamansa | 219 |
| Calhau | 220 |
| São Pedro | 220 |
| Strände | 222 |
| Sport & Aktivitäten | 222 |
| Praktische Infos | 224 |
| <i>Centro Nacional de Artesanato e Design (CNAD)</i> | 230 |

8 Santo Antão 232

Die Insel der Berge 234

| | |
|---|-----|
| Geschichte | 240 |
| Cidade do Porto Novo | 241 |
| Porto Novo – Ribeira Grande | 244 |
| Porto Novo – Ribeira Grande (via Cova/Corda) | 245 |
| Ribeira Grande – Porto Novo (via Janela) | 247 |
| Cidade das Pombas | 247 |
| Janela | 248 |
| Pontinha de Janela | 248 |
| Von Janela nach Porto Novo | 249 |

11 Land und Leute 372

| | |
|---|-----|
| Geografie | 374 |
| Klima | 380 |
| Flora | 383 |
| <i>Aloe vera</i> | 383 |
| Fauna | 390 |
| <i>Gefährliche Tiere</i> | 392 |
| Naturschutz | 398 |
| <i>Turtle Watching</i> | 400 |
| Geschichte | 402 |
| <i>Große Entdeckungs- und Forschungsreisende</i> | 406 |
| <i>Eine kurze Geschichte des Zuckers</i> | 414 |
| <i>Amílcar Cabral (1924–1973)</i> | 426 |
| Politik und Staat | 431 |
| Wirtschaft | 439 |
| <i>Mais und Bohnen – eine intelligente Symbiose</i> | 441 |
| <i>Sals Salz</i> | 442 |
| Bevölkerung | 450 |
| <i>Die Rabelados – eine Glaubensgemeinschaft</i> | 458 |
| Gesellschaft und Familie | 466 |
| Gesundheitswesen | 468 |
| Bildungswesen | 470 |
| Religion | 472 |
| Kunst und Kultur | 474 |
| <i>Panos aus Baumwolle</i> | 475 |
| <i>Baltasar Lopes da Silva (1907–1998)</i> | 489 |
| <i>Jorge Barbosa (1902–1971)</i> | 489 |

12 Anhang 494

| | |
|----------------------------------|-----|
| Kleine Sprachhilfe | |
| Crioulo de Santiago | 496 |
| Kleine Sprachhilfe Portugiesisch | 497 |
| Register | 514 |
| Die Autoren | 527 |
| Schreiben Sie uns! | 528 |

Karten

| | |
|------------------------------|-----------------|
| Kapverdische Inseln | Umschlag vorn |
| Archipel-Übersicht (Kapitel) | 12 |
| Sal | 30 |
| Cidade dos Espargos | 36 |
| Santa Maria | Umschlag hinten |
| Boa Vista | 56 |
| Cidade de Sal Rei | 66 |
| Maio | 86 |
| Cidade do Porto Inglês | 90 |
| Santiago | 102 |
| Cidade Velha | 118 |
| Praia Übersicht | 108 |
| Praia Zentrum/Platô | 109 |
| Tarrafal de Santiago | 140 |
| Fogo | 156 |
| Cidade de São Filipe | 162 |
| Brava | 188 |
| São Vicente | 206 |
| Mindelo | 214 |
| Santo Antão | 234 |
| Cidade do Porto Novo | 242 |
| Cidade da Ribeira Grande | 252 |
| Ponta do Sol | 254 |
| São Nicolau | 286 |
| Cidade da Ribeira Brava | 290 |
| Tarrafal de São Nicolau | 294 |

Hinweise zur Benutzung

Nicht vergessen!

Die (touristischen) Highlights der Regionen erkennt man an der **gelben Markierung**.

UNSER TIPP Besonders gute bzw. außergewöhnliche Unterkünfte, Restaurants und sonstige Empfehlungen der Autoren sind als Tipp gekennzeichnet.

Der Schmetterling ...

... zeigt an, wo man besonders gut Natur erleben kann oder Angebote im Bereich des nachhaltigen Tourismus findet.

Kinder-Tipps

 Das Symbol kennzeichnet Sehenswürdigkeiten, Unterkünfte, Aktivitäten usw., die auch kleine Urlauber ansprechen.

Verweise auf die Stadtpläne

4 Die Ziffern in den farbigen Kästchen bei den praktischen Informationen zu den Orten verweisen auf den **Karteneintrag**.

Updates nach Redaktionsschluss

Auf der Produktseite dieses Reiseführers in unserem Internetshop finden sich zusätzliche Informationen und **wichtige Änderungen**.

Unterkunftspreise

Im Buch zeigen die **Ziffern** ① (günstig) bis ⑤ (teuer) die jeweilige **Kategorie** an:

① **Besonders günstig und einfach:**

20 bis ca. 35 €/2200 bis ca. 3900 CVE

② **Günstige Mittelklasse** (Hotel, Residencial):

35 bis ca. 48 €/3900 bis ca. 5000 CVE

③ **Mittelklasse** (Hotel, Residencial):

48 bis ca. 60 €/5000 bis ca. 6600 CVE

④ **Gehobene Mittelklasse** (Hotel, Residencial):

60 bis ca. 90 €/6600 bis ca. 10.000 CVE

⑤ **Luxushotels:** ab 90 €/ab 10.000 CVE

Die Preise beziehen sich auf ein mit zwei Erwachsenen belegtes **Doppelzimmer** (*Quarto duplo*) inkl. MwSt. **Frühstück** ist bei den meisten Häusern im Preis enthalten. Einzelzimmer (*Quarto de solteiro*) sind in Cabo Verde 20–40% günstiger, Suiten und Apartments 30–50% teurer, Extrabetten kosten 15–40% des Preises eines Doppelzimmers. Kinder im Vorschulalter sind meist frei, das Kinderbettchen (port.: *berço* sprich: *bärssu*) nicht immer.

Eine **Tourismusabgabe** von 276 CVE = 2,50 Euro pro Übernachtung und Person ab 16 Jahren wird für maximal zehn Nächte (in der gleichen Unterkunft) erhoben und ist beim Einchecken zu entrichten.

Weihnachten, Ostern und Juli/August sind **Hochsaison** mit erhöhten Preisen in den höheren Kategorien, während die meisten Häuser der unteren Kategorien den Preis konstant halten.

Wanderungen

Die **Nummerierung** der in diesem Reiseführer beschriebenen Wanderwege (Spaziergang 101, Wanderung 106, Weg 101 usw.) entspricht der in den Wanderkarten von *Lucete Fortes* und *Pitt Reitmaier* verwendeten (→ S. 360). Eventuelle Markierungen vor Ort haben damit nichts zu tun.

Die Inseln im Überblick

1 Sal | 28

Sonne, Sand und Meer kennzeichnen die flache Badeinsel Sal (dt.: Salz), die sich für aktive Urlaubstage anbietet. Ob man nun windsurfen, kiten oder wingfoilen möchte oder schon immer einmal ein SUP ausprobieren, einen Tauchschein machen oder mit dem Jetski aufs Meer hinaus wollte, ob Segeln, Angeln, eine Quadtour über die Insel oder mit der Zipline ins Tal – dies und noch viel mehr ist auf Sal möglich. Auf der Insel findet sich die am besten entwickelte touristische Infrastruktur der Kapverden. Moderne Hotels, kleine Pensionen, Bars und Restaurants in der **Tourismusstadt Santa Maria** (S. 40) empfangen aber auch jene Urlauber, die den Tag einfach nur gemütlich unterm Sonnenschirm verbringen möchten oder ausgedehnte Strandspaziergänge lieben. Die Salinen in **Pedra de Lume** (S. 37), der Hafenort **Palmeira** (S. 39) und **Espargos** (S. 35) bieten sich für Ausflüge an.

2 Boa Vista | 54

(dt.: schöner Anblick) Die Insel mit ihren hellgelben Sanddünen ist ein kleines „Insel-Sahel“. Mehrere, bis über 20 km lange, gleißende 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 Quadfahrer an. Wer sich für die Beobachtung von Meeresschildkröten und Walen interessiert, sollte zwischen Juni und Oktober anreisen.

3 Maio | 84

(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, Hotels und private Feriendomizile in oder nahe **Cidade do Porto Inglês (Cidade do Maio)** (S. 91) bilden die touristische Infrastruktur. Wer **Baden, Tauchen** in noch weitgehend unberührten Gebieten oder **Wandern** an einsamen Stränden liebt und auf All-inclusive-Resortanlagen verzichten kann, wer im Strom der Zeit gelassen mitschwimmen möchte und Ruhe und Entspannung sucht, wird die kleine Insel zu schätzen wissen.

4 Santiago | 100

Die **größte Insel** ist Sitz der **Hauptstadt Praia** (S. 106). In **Cidade Velha** (S. 117) geht der Besucher auf Tuchfühlung mit der Geschichte, hier machten die großen Entdecker Station, hier nahm der transatlantische Sklavenhandel seinen Anfang. Mittelgroße und kleine Strände bieten sich zum Baden, Surfen und Tauchen an. Interessante und abwechslungsreiche Wanderungen im Mittelgebirge, Mountainbike-Touren durchs Inselinnere in fruchtbare Täler hinab, bunte Märkte, das „afrikanischste“ Ambiente der Inselgruppe, Spuren der Vergangenheit, die pulsierende Hauptstadt und vieles mehr machen Santiago zur vielfältigsten Insel der Kapverden.

5 Fogo | 154

(dt.: Feuer) Der 2829 Meter einsam aus dem Meer ragende **aktive Vulkan** (S. 174) zeigt bizarre Mondlandschaften schwarzer Lava und Aschen. Die weiten Wälder, hoch gelegene Hangwiesen mit reicher endemischer Vegetation sowie abwechslungsreiche Kulturlandschaften finden dagegen noch lange nicht die gleiche Aufmerksamkeit bei den Reisenden. Fogo ist eine Insel für Kulturbeflissene und **Bergwanderer**. Während die Besteigung des Vulkans mehr Kondition als alpinistische Erfahrung verlangt, bleiben die Klettersteige und Bolder den alpinistisch Ambitionierten vorbehalten! Baden ist eher schwierig, doch ein Bummel durch die historische Altstadt von **São Filipe** (S. 163) und Wanderungen durch 500 Jahre alte Kulturlandschaften sind schöne Alternativen.

6 Brava | 186

(dt.: die Wilde, oder besser die Tapfere?) Die kleinste der bewohnten Inseln ist **kühler und grüner** als ihre Nachbarinnen und bietet angenehme Mittelgebirgswanderungen (bis zu einer Woche). Die kleine Stadt **Cidade Nova Sintra** (S. 192) 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 (ein Zeitpuffer von zwei bis drei Tagen bis zum Rückflug nach Europa ist sinnvoll).

7 São Vicente | 204

An der größten und schönsten Hafenecke des Landes, dem Porto Grande, liegt **Mindelo** (S. 212), die **zweitgrößte Stadt des Archipels**, ein wirtschaftlicher und kultureller Mittelpunkt. Die britisch und mediterran geprägte his-

torische Altstadt im Kolonialstil des 19. Jahrhunderts bietet interessante Baudenkmäler, Restaurants, Geschäfte und Bars. Die weiten Strän-



de werden zunehmend erschlossen. Der Strand von Baía das Gatas ist ganzjährig auch für Kinder geeignet. Das Inselinnere ist vorwiegend 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.

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 | 284

Noch kommen wenige Reisende, um den **beschaulichen Charme** São Nicolaus zu entdecken, nicht zuletzt, weil die Flugverbindungen spärlich sind. Dem schwarzen Sandstrand von **Tarrafal** (S. 300) werden heilende Kräfte zugeschrieben. Vom Monte Gordo hat man einen herrlichen Rundblick übers Meer und zu den andern Inseln, die Felsen von **Carberinho** (S. 299) gehören zu den sieben Naturschönheiten der Kapverden, das Inselinnere ist fruchtbar und grün. Abwechslungsreiche **Bergwanderungen** auf alten Maultierpfaden und Touren durch wüstenhafte Gegenden runden das Angebot der Insel ab.

8 Santo Antão | 232

Die faszinierende Bergwelt der im Nordosten dauerhaft grünen Insel macht sie zur bevorzugten **Wanderinsel**. Der landschaftliche

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 zwischen São Vicente und Santo Antão sind absolut pünktlich. Von São Vicente aus erreicht man São Nicolau i.d.R. einmal pro Woche per Fähre. Zwischen Praia und Fogo/Brava und auch zwischen Praia und Maio sind die Fähren weniger komfortabel, werden aber von seefesten Urlaubern genutzt. Alle anderen Schiffsverbindungen sind nicht planbar.

Flugverbindungen bedingen Wartezeiten in Reisebüros und an 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 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 ohne viel zu warten? Das Hauptinteresse sollte darüber entscheiden, welchen Internationalen **Flughafen** man für die Einreise bevorzugt:

■ **Surfer, Wind- und Kitesurfer mit eigenen Boards, Bade- und Strandtouristen:** Aeroporto Internacional Amílcar Cabral auf Sal (SID) oder Aeroporto Internacional Aristides Pereira auf Boa Vista (BVC). Nach Maio gibt es Umsteige Flüge via Santiago, zwischen Sal und Boa Vista eine Verbindung per Flug und auch mit Fähre.

■ **Bergwanderer, Mountainbiker mit eigenem Rad, Kitesurfer und Kulturinteressierte:** Aeroporto Internacional Cesária Évora auf São Vicente (VXE) und Aeroporto Internacional Nelson

cv_197_sch



Mandela in Cidade da Praia (RAI) auf Santiago. Von São Vicente erreicht man leicht und zuverlässig in 1 Stunde per Fähre die Wanderinsel Santo Antão und findet Wanderangebote für mehr als einen Jahresurlaub! Per Fähre können Wanderer einmal wöchentlich von Santo Antão über São Vicente nach São Nicolau umsetzen.

Von Santiago fährt eine Schnellfähre regelmäßig auf die Vulkaninsel Fogo und zur kleinen Wanderinsel Brava. Mountainbiker, die über diese Flughäfen einreisen, können auch in der Gruppe nahezu sicher sein, dass kein Fahrrad zurückbleibt, und ersparen sich so Verpacken und Abfertigen, also Zeit und Kosten. Der Direktflug Praia – São Nicolau erleichtert die Kombination der beiden Wanderinseln, beinhaltet aber auch das Problem mit dem Sportgepäck auf dem Inlandsflug (s.o.).

Wer als Wanderer und Mountainbiker den Urlaub um ein paar Tage am Strand erweitern möchte, findet auf jeder Inselgruppe ein breites Angebot. Santiago glänzt mit den Stränden von Tarrafal de Santiago, Praia Baixo und den Stadtstränden von Praia. Auf Santo Antão ist der schwarze Strand von Tarrafal de Monte Trigo beliebt, und São Vicente bietet beeindruckende Strände in São Pedro, Palha Carga, Calhau und Baía das Gatas mit Windsurf-, Kitesurf- und Tauchschulen. Zu den günstigeren Flugkosten für Ein- und Abreise über die Strandinseln kommen meist zwei Übernachtungen und Inlandsflüge, sodass die direkte Einreise nach São Vicente oder Praia Zeit spart und das zu den gleichen oder niedrigeren Gesamtkosten.

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

 Jede Insel hat ihre Highlights: im Bild die Felsen von Carberinho auf São Nicolau

Die „Sieben Naturwunder“ Cabo Verdes

Als „**Sete maravilhas de Cabo Verde**“ werden angepriesen (und vermarktet):

Sal

- **Strand von Santa Maria:** Türkisfarbenes Meer und feinsten Sand – ideal zum Strandwandern und ein Vergnügen, immer wieder in das kristallklare Meer einzutauchen.
- **Salinen von Pedra Lume:** Schwebend im Salinenwasser liegen und anschließend der Haut ein Salzpeeling gönnen – ein Spa-Erlebnis der besonderen Art!

Boa Vista

- **Viana-Wüste:** Viel Sand und Sonne mitten im Atlantik – beeindruckend und außergewöhnlich!

Fogo

- **Pico de Fogo:** Egal, ob Sie ihn besteigen oder nur anschauen wollen – der Vulkan ist ein Highlight einer jeden Reise auf die Feuerinsel.

São Vicente

- **Monte Cara:** Zum Sonnenuntergang genüsslich einen Sundowner genießen – so kommt ein schöner Tag zu seinem schönen Ende.

São Nicolau

- **Carberinho:** Das Farbspektakel der leuchtenden Felsen in den späten Nachmittagsstunden ist definitiv wunderschön.
- **Monte Gordo:** Im Wind oben auf dem Berg die unglaubliche Weite spüren – so bekommt man ganz leicht den Kopf frei.

Zehn Fragen ...



Welche Dokumente brauche ich für die Einreise? | 318

Für einen touristischen Aufenthalt bis maximal 30 Tage benötigen Deutsche, Schweizer und Österreicher einen noch sechs Monate über das Reisedatum hinaus gültigen **Reisepass**, Kinder ebenso. Will man länger bleiben, besteht Visumpflicht. Alle Reisenden müssen sich bis zu fünf Tage vor der Einreise online auf www.ease.gov.cv registrieren.



Was sollte ich in Sachen Gesundheit beachten? | 331

Die Gesundheitsrisiken sind gering, eine Pflichtimpfung ist nicht vorgeschrieben. Die Standardimmunisierung sollte vollständig sein, der Abschluss einer **privaten Auslandsrankenversicherung** ist unverzichtbar. Anfang 2024 stufte die Weltgesundheitsorganisation WHO Cabo Verde als malariefreies Land ein.



Wann reise ich am besten? | 338

Cabo Verde kann **das ganze Jahr über** bereist werden; konkret hängt die „beste“ Reisezeit von den geplanten Aktivitäten ab. Von Oktober bis Ende Mai weht der Passat und es herrscht ein trockenes Klima. In der „Regenzeit“ von Juli/August bis Mitte/Ende Oktober fällt wenig Niederschlag, oft ist es sehr schwül. Die Höchsttemperaturen liegen zwischen 22°C im Winter und 31°C im Sommer.



Wie reise ich am einfachsten an? | 308

Ab Europa gibt es **Direktflüge** mit TUIFly nach Boa Vista und Sal im Ringflug, i.d.R. wird also zuerst Boa Vista angefliegen, dann geht es weiter nach Sal und von dort zurück nach Europa. Via Lissabon bestehen Verbindungen nach Sal, Boa Vista, São Vicente und Santiago, teilweise mit Zwischenübernachtung in Lissabon.



Wie bewege ich mich im Land? | 368

Hauptverkehrsmittel zwischen den Inseln ist das **Flugzeug**, z.T. nur mit Zwischenübernachtung. Brava und Santo Antão sind vollständig auf die **Fähre** angewiesen. Den öffentlichen Nahverkehr gewährleisten **Aluguers** (Sammeltaxis), für längere Strecken meist geschlossene Kleinbusse, für kurze Distanzen oder in entlegene Täler Pickups. Wer wenig Zeit oder bestimmte Pläne hat, nimmt ein **Taxi**. In Mindelo und Praia verkehren Stadtbusse. Auf allen Inseln werden **Mietwagen** angeboten. Es herrscht Rechtsverkehr.

... und Antworten

Wie sind die Zahlungsmöglichkeiten? | 329

Währung ist der **Cabo Verde Escudo** mit festem Wechselkurs zum Euro: 1 € = 110,265 CVE. Ein erster Umtausch kann am Flughafen vorgenommen werden, Banken und Wechselstuben tauschen Bargeld jeglicher Währung. Die Kreditkarte sollte von **VISA** sein; sie wird an Geldautomaten und in vielen Geschäften akzeptiert. Auf Sal und Boa Vista ist der **Euro** ein weit verbreitetes Zahlungsmittel.



Wie kommuniziere ich vor Ort? | 339

Viele Restaurants und Unterkünfte haben **WLAN**. Sinnvoll ist eine günstige **kapverdische SIM-Karte** fürs Reise-Smartphone; man kann sich gleich ein Datenvolumen aufladen lassen. Damit kann man überall auf Cabo Verde kommunizieren, googeln oder per Karten-App navigieren. Das soziale Medium schlechthin ist Facebook.



Was nehme ich mit? | 344

Weniger ist mehr und leichter besser. Badeurlauber benötigen wohl am wenigsten. Wichtig ist guter Sonnenschutz in Form von Kopfbedeckung, Creme mit hohem Lichtschutzfaktor und Bluse bzw. Hemd mit langen Ärmeln. Wanderungen setzen v.a. solides und eingelaufenes Schuhwerk voraus, ggf. auch Stöcke, dazu fürs Gebirge einen leichten Pulli und einen winddichten Anorak.



Wie sicher ist es vor Ort? | 346

Cabo Verde ist ein **sicheres Reiseziel**, mit zunehmender touristischer Entwicklung steigt allerdings die Zahl der Diebstähle und Überfälle, v.a. an (einsamen) Stränden und in Städten. Auf Santiago und São Vicente sei das Wandern nur in Begleitung von Guides empfohlen. Generell gilt: Tragen Sie nur bei sich, was Sie wirklich benötigen, der Rest bleibt – am besten im Safe – im Hotel zurück.



Was kann ich unternehmen? | 347

Sehr, sehr viel! Es kommt nur darauf an, für welche Insel(n) man sich entscheidet. Surfer, Kiter, Taucher, Sonnenanbeter und Strandliebhaber zieht es nach Sal und Boa Vista. Ruhesuchende fühlen sich auf Maio wohl. Wanderer begeistert die faszinierende Bergwelt von Santo Antão. Ländliches Leben bieten São Nicolau und Brava, während Fogo ein vulkanisches Abenteuer ist. Und dann sind da noch die beiden lebensfrohen „Metropolen“ Praia und Mindelo ...



Reiserouten und Touren

Jede der Inseln ist eine kleine Welt für sich und bietet für manche Aktivitäten und Vorhaben beste Voraussetzungen, für andere hingegen nicht. Es ist unabdingbar, sich die zu den Urlaubserwartungen „passenden“ Inseln auszusuchen; wer sich gut informiert (etwa mit diesem Reiseführer) und „seine“ Insel(n) bewusst auswählt, kehrt zumeist begeistert aus dem Urlaub zurück. Wer die Reiseroute eher zufällig wählt, kann enttäuscht werden, wenn er auf den „falschen“ Inseln landet.

Für eine **individuell geplante Reise** sollten folgende Punkte berücksichtigt werden:

- Mindestens zwei, besser drei Wochen einplanen;
- maximal zwei Inseln pro Woche besuchen, um sie angemessen und in Ruhe erkunden und erleben zu können – weniger ist manchmal mehr;

■ beschränken Sie sich, wenn möglich, auf Inseln, die untereinander leicht zu erreichen sind, z.B. Santiago oder Sal mit São Vicente und Santo Antão; Santiago oder Sal mit São Nicolau; Santiago mit Fogo und Sal; Boa Vista oder Maio mit Santiago.

Damit die **Reiseplanung** leichter fällt, nachfolgend vier Vorschläge für Routen über den kapverdischen Archipel.

Tour 1: Santiago – Fogo – Sal

- **Dauer: 14 Tage**
- **Transportmittel:** Flugzeug oder Fähre nach Fogo, Flug nach Sal, Aluguer/Sammeltaxi

Diese Reiseroute beginnt in der **Hauptstadt Praia** und endet am langen **Sandstrand von Santa Maria**. Zwischen der lebendigen, geschäftigen Hauptstadt und den entspannten Tagen unterm Sonnenschirm am Strand liegen eines der (Wander-)Highlights von Cabo Verde rund um den aktiven Vulkan **Pico de Fogo** und das alte Kolonialstädtchen **São Filipe**: Der majestätische Feuerberg in der **Chã das Caldeiras** ist einzigartig, während São Filipe von der reichen kolonialen Vergangenheit zeugt. Wenn Sie es gemütlich angehen möchten, ver-





cv_204 sch

☒ Senegalesischer Souvenirhändler auf Sal

Tour 2: Sal oder Santiago – São Nicolau – Sal oder Santiago

weilen Sie in São Filipe und erkunden die Insel mit ihrem Vulkan auf Ausflügen. Sind Sie wander-, vielleicht sogar ein bisschen abenteuerlustig oder gerne mit dem Mountainbike unterwegs, sollten Sie unbedingt in der Caldeira übernachten, denn hier ist (fast) alles möglich: den Vulkan erklimmen und durch die Asche hinunterfahren wie im Tiefschnee, Übernachten auf dem Vulkan unter dem freien Sternenhimmel, auf der Bordeira in zwei Tagen (mit Übernachtung im Freien) den Krater umrunden (nur für Alpinisten). Zudem kann man bouldern, in Lavahöhlen abtauchen und den Anbau von Wein in der Caldeira kennenlernen – der leckere Tropfen ist eine Probe wert!

- **Dauer: 14 Tage**
- **Transportmittel:** Flugzeug, Aluguer/Sammeltaxi

Ob Sie diese Reise mit erholsamen Tagen am langen Sandstrand von **Santa Maria** beginnen möchten oder den Kontrast des städtischen Treibens in der Haupt-





cv_203 sch

☒ Entschleunigung auf Maio

stadt **Praia** zum ländlichen Leben auf São Nicolau bevorzugen, entscheiden Sie und wählen Ihre An- und Abreise entsprechend.

São Nicolau, die „kleine Schwester von Santo Antão“, bietet abwechslungsreiche Wanderungen und zudem gleich zwei der beeindruckenden „Naturwunder“ von Cabo Verde: Sowohl die Felsen

Reiserouten und Touren

von **Carberinho** und der **Monte Gordo** sollten auf dem Besuchsprogramm stehen. Die Touren sind nicht so steil und anstrengend wie auf Santo Antão, aber deshalb nicht weniger interessant und für Wanderer, die gerne auch abseits gängiger Pfade unterwegs sein wollen, eine gute Wahl.

Tour 3: Santiago – Maio – Santiago

- **Dauer: mind. 12 Tage**
- **Transportmittel:** Flugzeug oder Fähre, Aluguer/Sammeltaxi

Diese Reise beginnt und endet entweder in **Cidade Velha**, da, wo die Geschichte der Kapverden begann, oder in **Praia** mit seinen urbanen Qualitäten: Märkte, Restaurants und Cafés, zwei Stadtstrände, dazu der Alltag und die Lebensfreude der Einwohner. Per Schiff oder Flugzeug geht es weiter nach **Maio**, und schnell stellt sich Entschleunigung ein:

Ruhe pur, Strandspaziergänge, die nicht enden wollen, grandiose Sonnenuntergänge, zeitlose Tage, alles geht seinen ganz eigenen Gang. Eine wunderbare Insel für die „Entdeckung der Langsamkeit“ – der bekannte Roman von *Sten Nadolny* könnte gut ins Reisegepäck passen, ebenso „Der Herr der Inseln“ von *Maria Isabel Barreno* über die Kolonialzeit im 18. Jahrhundert.

Tour 3



0 — 40 km

© REISE KNOW-HOW

CAB/AVF/R3-4
10/25





cv_202 sch

Wandern/Trekking auf Santo Antão

⊠ Anstieg auf die Bordeira da Norte

■ **Dauer: 5 bis 14 Tage**

■ **Transportmittel:** Schiff,
Aluguer/Sammeltaxi

„Wandern ist die vollkommenste Art der Fortbewegung, wenn man das wahre Leben entdecken will.“ Auf keiner anderen Insel ist diese Weisheit von *Elizabeth von Arnim* so gut nachzuvollziehen wie auf Santo Antão, der bekanntesten „Wanderinsel“ der Kapverden.

Tolle Berglandschaften, gepflasterte Maultierwege, die sich in Serpentina die Berge hinabschlängeln, alte Verbindungspfade, tiefe Kesseltäler, kleine Dörfer, die man nur zu Fuß oder mit einem Esel erreichen kann, Passatwolken, die über bizarre Felsformationen und spitze Gipfel schwappen, schmale Küstenwege hoch über dem Meer – die Liste der

Highlights ist lang. Egal ob Sie nun von einem festen Standort aus wandern oder auf einer Trekkingtour über die Insel ziehen, vier Tage sollten es mindestens sein, um in den vollen Genuss der landschaftlichen Schönheit von Santo Antão zu kommen. Je mehr Zeit, desto besser. Die Insel erreicht man von São Vicente mit der Fähre.

Wandern/Trekking auf Santo Antão



© REISE KNOW-HOW
0 40 km

CubWerFS-4
10/25



Karneval

Im Februar auf allen Inseln vor Beginn der Fastenzeit. Der größte und bekannteste Karneval ist sicher der von São Vicente, gefolgt von dem auf São Nicolau. Fantasievolle Verkleidungen, großartige Paraden, wunderschöne Kostüme der Samba-tänzerinnen, aufwendige Motivwagen, unermüdliche Tänzer und Tänzerinnen. Arm und reich, alt und jung, alle sind auf den Beinen.

Kriol Jazz Festival

Anfang April sind Künstler aus dem Bereich kreolisch inspirierter Musik aus der ganzen Welt zu erleben. Zuvor wird die Atlantic Music Exhibition veranstaltet.

Festival de Praia da Gamboa

Das größte Festival Santiago findet jährlich Mitte Mai in der Hauptstadt Praia statt. Die besten Bands aus Cabo Verde, Angola und Brasilien spielen auf.

JAN

FEB

MÄR

APR

MAI

JUN

Festa das Bandeiras (Fogo)

Das Fest zu Ehren São Filipes, des Schutzpatrons der Insel, am 1. Mai, die Festa Nhô São Filipe, ist das größte Fest Fogos und eines der größten Cabo Verdes – Traditionelles und Neues vermischen sich auf diesem lebhaften Volksfest mit Tanz, Prozession und Pferderennen.

Festa de São João

Johannes der Täufer wird am 23./24. Juni auf allen Inseln gefeiert, z.B. auf São Nicolau in in Praia Branca mit Tänzen, viel Essen und einem großen Feuer in der Nacht.

Fest von Santani

Bei dieser Festivität am letzten Sonntag im Juli in Mato Grande (Brava) ist es verboten, das Wort „Escudo“ auszusprechen. Alle Preise werden in Dollars angegeben (ohne Umrechnung), ein Spaß, der bei einem Versprecher eine Runde für die Freunde kostet.

Sete Sóis Sete Luas

Das Kultur- und Theaterfest Ende Oktober, Anfang November findet auf Brava, Maio, Santo Antão, Fogo und Santiago statt (<https://festival7sois.eu>).

Musikfestival Santa Maria (Sal)

Am Strand von Santa Maria steht im September Musik im Mittelpunkt, es treten internationale und lokale Künstler auf.

Fest Cristo Rei

Gemeindefest am 21. November mit Garküchen und abendlicher Musikveranstaltung in Figueira da Horta auf Maio.

JUL**AUG****SEP****OKT****NOV****DEZ****Festival Baía das Gatas**

Seit 1984 jährlich am ersten Augustwochenende stattfindendes Open-Air-Festival am Strand; traditionelle und moderne Musik mit nationalen und internationalen Künstlern lockt Tausende von Besuchern nach São Vicente.

URDI

Meist am letzten Wochenende im November in Mindelo findet die Kunsthandwerks- und Designermesse statt: interessante und vielseitige Kunst- und Handwerksgegenstände werden zum Kauf angeboten, Musik im Rahmenprogramm, Gespräche, Vorträge usw., alles im Freien auf der Praça Nova.

Santa Isabel

Die Festivitäten zu Ehren der Schutzheiligen von Boa Vista, Santa Isabel, sind das größte Fest auf Boa Vista. Besucher von anderen Inseln kommen am 4. Juli zu diesem Anlass auf die Insel.

LEGENDE

- Trockenzeit
- Regenzeit
- Übergangszeit

Fünf Orte zum Schlemmen



cv_177.sch

La Fora Ecolodge auf Fogo | 182

Abends wählt man zwischen zwei Menüs (vegetarisch oder Fleisch) oder stellt sich aus Vorspeisen, darunter auch vegane Köstlichkeiten, ein vielseitiges Essen zusammen, dazu ein Glas Fogowein. Auf der großzügigen Terrasse sind unvergleichliche Sonnenuntergänge über der Insel Brava zu erleben; als Sundowner ist ein Cucumber Basil Smash zu empfehlen. Das Leben kann so schön sein!



cv_178.sch

Restaurant Batuko in Cidade Velha (Santiago) | 151

Kreolische Küche par excellence. Egal, ob Sie den gegrillten Fisch des Tages bevorzugen, einen Polvo (Oktopus) vom Grill oder Fetuccine mit Thunfisch oder ... – hier schmeckt alles vorzüglich und ist immer frisch zubereitet. Ein Tipp für die Vorspeise ist Tartar de Atum (falls Sie gerne rohen Thunfisch essen) und zum Nachtisch das Mousse de Maracuja. The place to be für einen perfekten Abend!



cv_179.sch

La Marea in Santa Maria (Sal) | 52

Abseits der Fußgängerzone liegt dieses hervorragende Restaurant mit nur wenigen Sitzplätzen (unbedingt reservieren!). Liebhaber der italienischen Küche sind hier am richtigen Ort, die Speisen sind wunderbare Kompositionen für Augen und Gaumen, Gastgeberin Franca sorgt für guten Service und einen wahrlich genussvollen Abend. Italia, mi amore!



cv_180.sch

Casamarel Mindelo (São Vicente) | 225

In diesem außergewöhnlichen Haus mit Blick über die Stadt und den Hafen von Mindelo wird großen Wert auf biologische und saisonale Küche gelegt, alles hausgemacht. Inspirationen aus der ganzen Welt und lokale Gerichte finden hier stilvoll zusammen, auch für Vegetarier und spezielle Ernährungsbedürfnisse (Allergiker). Beim Sonnenuntergang über dem Monte Cara ist man dann endgültig glücklich.



cv_181.sch

Casa Maracuja auf Santo Antão | 282

Willkommen auf der netten Dachterrasse des liebevoll gestalteten Lokals, wo fein abgestimmte kapverdische Küche serviert wird. Hin und wieder Live-Musik, immer aber gute Stimmung unter dem freundlichen Personal. Polvo (Oktopus), Fisch, gegrillter Ziegenkäse, Schweinefleisch in Tomatensoße, Salate und alle Gerichte mit und aus Maracuja – einfach probieren und genießen!

Fünf Orte für das besondere Foto

Die Felsen von Carberinho auf São Nicolau | 299

Die spektakulären, einzigartigen Felsformationen gehören zu den sieben „Naturwundern“ von Cabo Verde. Das Meer hat sie über Jahrhunderte hinweg geformt und verändert sie bis heute. Besonders farbenfroh präsentieren sich die Tuffe auf der schwarzen Plattform am späten Nachmittag. Noch kommen hier nur wenige Reisende vorbei, und oft hat man die Felsen ganz für sich allein.



cv_182.sch

Quer durch Santo Antão | 245

Die Höhenstraße ist ein großartiges Fahr- und Fotoerlebnis, die Eindrücke und Motive sind überwältigend: der Cova-Krater, evtl. mit Passatwolken, das Tal von Paúl, Terrassen- und Hochgebirgslandschaften, enorme Kesseltäler und natürlich der Delgadim-Felsen, der meistfotografierte Felsen der Insel. Am Ende der Fahrt, auf der anderen Seite der Insel, ist in Ribeira Grande wieder das Meer erreicht.



cv_183.sch

Viana-Wüste auf Boa Vista | 59

Man sollte sich am frühen Morgen oder in den späten Nachmittagsstunden – zur „goldenen Stunde“ – auf den Weg machen, dann sind keine organisierten Touren anzutreffen und die Wüste im Atlantik mit den sich stets verändernden Wanderdünen versetzt den Betrachter in eine fast außerirdisch anmutende Szenerie. Natürlich locken hier einmalige Fotomotive.



cv_184.sch

Die Salinen von Pedra de Lume (Sal) | 37

Salinen gibt es auch bei Santa Maria oder auf Maio, doch die in Pedra de Lume liegen in einem erloschenen Vulkankrater und sind durch einen Tunnel im Fels begehbar – einzigartig! Tolle Perspektiven des Kraters und der unterschiedlichen Farben bieten sich, wenn man den schmalen, klar erkennbaren Pfad rechts vom Eingang auf den Kraterand hoch geht. Pflicht ist auch das Bad in einem der Becken.



cv_185.sch

Ribeira Secca auf Santiago | 143

Am besten fotografieren Sie das fruchtbarste Tal von Santiago von Achada Fazenda aus – die tropische Vielfalt ist ein Wunder: Palmen, Zuckerrohr, Bananen, Papaya- und Mangobäume, üppige Gemüsegelder und vieles mehr, so weit das Auge reicht. Interessant auch die unterschiedlichen Bewässerungssysteme, die deutlich machen, wie bedacht und sorgsam hier mit Wasser umgegangen wird.



cv_186.sch

Fünf Orte für Sonnenanbeter



cv_187_sch

Tarrafal de Santiago | 140

Der einzige helle Palmenstrand auf den Kapverden liegt in einer malerischen Bucht und verlockt dazu, den Tag am Meer zu verbringen. Unter der Woche und außerhalb der kapverdischen Ferienzeiten ist man hier oft für sich allein. Glasklares Meer, leichtes Wellenrauschen, raschelnde Palmen und dazu ein Caipirinha auf einer Sonnenliege im Kabungo Beach Club lassen Karibik-Feeling aufkommen.



cv_188_sch

Praia da Chave auf Boa Vista | 72

Tipp: Man startet in Sal Rei am Praia do Estoril und wandert die Dünen entlang bis zur alten Ziegelei am Praia da Chave; zwischendrin legt man einen Stopp in einem der Beachclubs ein oder springt kurz ins Meer. Die Praia da Chave selbst ist ein gleißender, endloser Sandstrand mit türkisfarbenem Meer und einem Restaurant, wo man im Liegestuhl den Rest der Welt vergisst – was kann es mehr geben?



cv_189_sch

Prairinha in Praia (Santiago) | 114

Der quirlige Stadtstrand – ein zweiter ist Quebra Canela – eignet sich ideal für einen Sonntag am Meer inmitten von Einheimischen. Unter der Woche ab den späten Nachmittagsstunden immer gut frequentiert, bietet er neben Sonne pur auch verschiedenste Lokale für einen Sundowner oder einen leckeren Snack zwischendurch. Das Linha d'Água ist ein angesagter Strandtreff.



cv_190_sch

Die unendlichen Strände von Maio | 95

Hier geht ein Strand in den anderen über. Wer auf Sonnenliegen und -schirme verzichten kann, Ruhe sucht und endlose Strandwanderungen unternehmen möchte, der findet auf dieser Insel sein Eldorado. Nicht alle Strände sind wegen der starken Brandung in den Wintermonaten zum Baden geeignet, doch manchmal reicht es ja auch, dem Spiel der Wellen zuzuschauen und vor sich hin zu träumen.



cv_191_sch

Praia de Laginha, der Stadtstrand von Mindelo | 222

Sie wollen den Tag schon am frühen Morgen mit einem Bad im Meer beginnen? Oder lieber erst nach dem Stadtbummel am Nachmittag gemütlich auf der Sonnenliege entspannen? Egal, der künstlich aufgeschüttete Strand ist zu jeder Tageszeit strahlend weiß, das Wasser leuchtet türkisfarben, und – obwohl bei den Städtern sehr beliebt – der Strand ist nur selten überlaufen.

Fünf Orte abseits der Badestrände

Kitesurfen auf der Insel Sal | 44

Santa Maria, Rife und Ponta Preta sind die ultimativen Spots für Kiter und alle, die von diesem Sport begeistert sind, ihn erlernen wollen oder einfach gerne dabei zuschauen, wie die Profis ihre spektakulären Kunststücke zeigen. Der konstante Passatwind von November bis Mai, Side-onshore-Winde und kleine Windwellen bieten ideale Bedingungen für Unterricht und Training.



cv_192.sch

Karneval in Mindelo (São Vicente) | 231, 493

Auch wer ein Faschingsmuffel ist – diesen Karneval sollte man erleben! Die Menschen stehen und sitzen schon Stunden vor Beginn am Straßenrand, um ja nichts zu verpassen. Die ganze Stadt ist auf den Beinen, Tage und Nächte. Aufwendige Paraden, große Motivwagen, bunt schillernde Kostüme, fantasievolle Gestalten und wilde Trommelmusik sind die Kennzeichen des Spektakels.



cv_193.sch

Wandern/Trekking auf Santo Antão | 270

Einmal quer über die Insel: Auf alten Pfaden und gepflasterten Verbindungswegen wandert man vom Südosten über den Norden in den Südwesten. Das Wegenetz ist gut erschlossen, es können „klassische“ Touren mit solchen abseits gängiger Wege kombiniert werden. Am Meer in Tarrafal lässt man dann das Erlebte Revue passieren. Aber Vorsicht: Santo Antão kann wandersüchtig machen ...



cv_194.sch

Chã das Caldeiras auf Fogo | 168

Der Pico de Fogo ist aktiv und brach zuletzt 2014 aus; die Zerstörungen waren gewaltig – der Mut der Menschen, vor Ort weiterzumachen, ebenso. Die Caldeira bietet mehr als „nur“ die Besteigung des Pico, möglich sind Klettern, Bouldern, der Abstieg in Vulkanhöhlen oder der Aufstieg hinauf auf die Bordeira. Zum Abschluss bespricht man seine Abenteuer bei einem Glas Fogowein.



cv_195.sch

Cidade Velha, ein Ausflug in die Geschichte | 117

Die Wiege der kreolischen Kultur der Inseln liegt auf Santiago und ist UNESCO-Weltkulturerbe. Von den Portugiesen im 16. Jahrhundert gegründet, zeugt der Pranger Pelourinho noch heute von der dunklen Geschichte des Sklavenhandels. Hoch über der Stadt thront das Fort, der Blick geht weit übers Meer und hinab in das ehemalige Sklavengefängnis. Geschichte wird hier hautnah erfahrbar.



cv_196.sch



Buracona | 39

Cidade dos Espargos | 35

Palmeira | 39

Pedra de Lume | 37

Santa Maria | 40

Geschichte | 33

Praktische Infos | 48

Sport & Aktivitäten | 43

Strände & Wasserverhältnisse | 42

1 Sal

» Sonne, Sand und Salz
kennzeichnen die flache Badeinsel.
Sal bietet sich für alle Arten von Wassersport an:
Wind- und Kitesurfer,
Wellenreiter und Taucher finden
optimale Bedingungen an kilometerlangen
Sandstränden vor. Moderne Hotels,
kleine Pensionen und Restaurants
in und um Santa Maria empfangen
Sonnenhungrige und Aktivurlauber.
Die Salinen in Pedra de Lume und der Strand
von Santa Maria gehören zu den
„sieben Naturwundern“ der Kapverden.



☐ Offroad zeigt sich die ganze Kargheit der Insel

