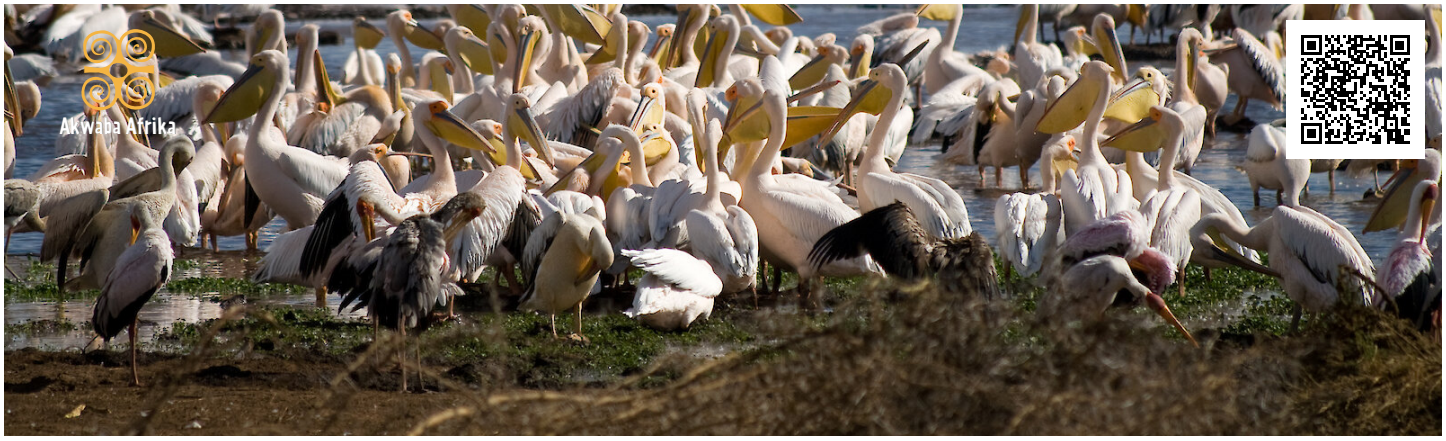

Vom Sahel bis in die Casamance

10-tägige Kulturreise Senegal-Gambia

Dauer: 10 Tage **Reiseziel:** Senegal **Reisethema:** Gruppenreisen **Reisecode:** SECU0110 **Kultur:** ••••• **Landschaft:** •••••

Begleiten Sie uns auf einer unvergesslichen Reise durch Senegal, ein Land, in dem jede Ecke eine einzigartige Geschichte und Tradition erzählt. Gemeinsam erkunden wir die weiten Ebenen der Peul-Nomaden, deren Völker ihre uralten Bräuche in tiefer Harmonie mit der Natur bewahren. Wir tauchen ein in die spirituellen Zentren der Sufi-Bruderschaft Mouride, einer religiösen Bewegung, die weiterhin das kulturelle und soziale Leben des Landes prägt. Wir setzen gemeinsam die Segel in Richtung der Insel Gorée, ein Ort, der uns mit der Vergangenheit und dem Widerstand Afrikas verbindet und den Widerhall der afrikanischen Diaspora in seinen historischen Straßen spüren lässt. Wir erleben den Djoudj Nationalpark, ein wahres Paradies für Vogelbeobachter, wo wir inmitten einer unglaublichen Artenvielfalt an Zugvögeln und einheimischer Fauna wandeln. In der Casamance, im Süden Senegals, erleben wir die Kultur und Spiritualität der Diola-Völker. Wir besuchen abgelegene Dörfer, in denen animistische Zeremonien und der Tanz der heiligen Masken die Verbindung zu den Ahnen und der Natur zum Leben erwecken.

Reiseverlauf

Tag 1: Ankunft im Senegal
Dalal ak diam tchi Senegal! - Wir heißen Sie herzlich in Dakar Willkommen und bringen Sie sicher in Ihr Hotel, wo Sie sich dank der traditionellen Architektur und dem einzigartigen Charme sofort Zuhause fühlen werden. Genießen Sie die ersten Stunden im Senegal und tanken Sie Kraft – das Abenteuer beginnt jetzt!

Übernachtung: Hotel Djoloff (-/-/-)

Tag 2: Zeitgenössische Metropole & Gorée
Dakar, die pulsierende Hauptstadt Senegals, liegt am westlichsten Punkt Afrikas und beherbergt etwa 3,5 Millionen Menschen. Einst das kulturelle und intellektuelle Zentrum Französisch-Westafrikas, ist Dakar heute ein Schmelztiegel afrikanischer Kreativität und Innovation.
Unser Tag beginnt mit einem Besuch des Musée des Civilisations Noires, das die Vision von Léopold Sédar Senghor, dem ersten Präsidenten des unabhängigen Senegal und einem der wichtigsten Vertreter der Négritude-Bewegung, verwirklicht. Das Museum würdigt die reiche Geschichte und die lebendige Kultur der afrikanischen Zivilisationen und der afrikanischen Diaspora in der ganzen Welt im Geiste der Négritude, die Stolz, Identität und kulturelles Erbe feiert.
Danach besuchen wir die Cathédrale Notre Dame des Victoires, ein beeindruckendes Beispiel neosudanesischer Architektur, das 1936 geweiht wurde.
Am Nachmittag setzen wir mit der Fähre nach Gorée über, einer Insel, die einst ein Zentrum des Sklavenhandels war. Heute ist Gorée ein lebendiger und trendiger Ort mit vielen Restaurants und Geschäften. Am Abend, wenn die Touristen weg sind, tauchen wir in die authentische Atmosphäre dieser besonderen Insel ein und spüren die Geschichte und den Geist Afrikas.

Übernachtung: Hôtel Madou (F/M/A)

Route

Highlights

- Die Sufi-Bruderschaft in Touba
- Tour zur Insel Gorée
- Besuch des Nationalparks Djoudj
- Aufenthalt in Saint Louis
- Die Diola-Kultur in der Casamance

Tag 3: Retba-See und Fischerdörfer
Der Tag beginnt früh auf der Insel Gorée, bevor die Menschenmassen eintreffen. Das Erwachen in dieser historischen Siedlung und das Schlendern durch die engen, mit Kopfsteinpflaster bedeckten Gassen ist ein wahrer Genuss. Gorée, einst ein Ort des Schreckens, an dem Sklaven auf Schiffe verladen und nach Amerika gebracht wurden, hat sich heute zu einem beliebten Ausflugsziel mit vielen Restaurants und Boutiquen entwickelt. Der historische Stadtkern wurde vollständig restauriert, um an die traurigen Zeiten der Insel zu erinnern.
Nach einem gemütlichen Morgen nehmen wir die Fähre zurück nach Dakar und fahren weiter zum Lac Rose, einem flachen Salzwassersee, der von Dünen umgeben ist und auch als Retba-See bekannt ist. Der See ist zehnmal salziger als der Ozean. Hier können wir beobachten, wie die Einheimischen auf traditionelle Weise Salz gewinnen und uns auf dem Wasser treiben lassen.
Unser Abenteuer geht weiter mit einer aufregenden Fahrt im Geländewagen entlang des Strandes, je nach Gezeiten. Diese Fahrt führt uns zum größten Fischerdorf Senegals, wo mehr als 4500 bunt bemalte Pirogen mit dem Fang des Tages an Land kommen. Am Strand verkaufen die Fischer ihren Fang an die Frauen des lokalen Marktes. Wir treffen auch die Kunsthandwerker, die die großen Pirogen schnitzen, und die Maler, die sie mit leuchtenden Farben verzieren. Mit etwas Glück begegnen wir dem „lokalen Heiligen“, der die Boote vor dem Auslaufen segnet.

Übernachtung: Hôtel le Trarza (F/M/A)

Tag 4: Eine Reise durch die Geschichte
Unsere Reise führt uns in die geschichtsträchtige Küstenstadt Saint Louis, auch bekannt als Ndar. Diese charmante alte Stadt war von 1673 bis 1895 ein französisches Territorium und diente von 1895 bis 1902 als Hauptstadt aller französischen Kolonien in Westafrika, bevor die Hauptstadt nach Dakar verlegt wurde. Von 1920 bis 1957 war sie auch die Hauptstadt der benachbarten Kolonie Mauretanien.
Saint Louis war einst die Basis der Pionieroperation der Aeropostale, die Europa, Afrika und Südamerika verband. Der berühmte Schriftsteller und Autor von „Der kleine Prinz“, Saint Exupéry, war einer der Piloten, die diese Route flogen.
Gelegen auf zwei Inseln zwischen dem Senegal-Fluss und dem Ozean am südlichen Rand der Sahara, ist Saint Louis reich an drei Jahrhunderten Geschichte, kulturellem Hintergrund, Geografie und Architektur. Die Stadt ist eine Brücke zwischen Savanne und Wüste, Ozean und Fluss, Tradition und Moderne, Islam und Christentum, Europa und Afrika. Die Bewohner von Saint Louis sind stolz auf ihre einzigartige Identität und sagen: „Niemand kommt hierher, ohne sich in die Stadt zu verlieben.“ Der beste Weg, die engen Gassen von Saint Louis zu erkunden, ist mit der Kutsche, genau wie die Einheimischen. Wir schlendern durch die Fischerquartiere und genießen die einzigartige Atmosphäre dieser alten Stadt. Die Nacht verbringen wir im historischen Hôtel de la Poste, das 1850 erbaut und inzwischen vollständig renoviert wurde. Hier übernachteten einst alle Piloten der Aeropostale.

Übernachtung: Hôtel de la Poste (F/M/A)

Tag 5: Djoudj-Nationalpark und das Leben der Fulani
Am Morgen erkunden wir den Djoudj-Nationalpark, ein wichtiges Feuchtgebiet und UNESCO-Weltkulturerbe. Dieses Naturparadies ist nicht nur ein Zufluchtsort für über eine Million Zug- und Standvögel, sondern auch eine lebenswichtige Ressource für die lokalen Gemeinschaften. Auf einer Bootsfahrt mit einem lokalen Experten entdecken wir die beeindruckende Vielfalt an Vögeln wie Pelikane und Flamingos sowie Warzenschweine und Krokodile. Je nach Saison kann der Besuch durch eine Tour im Langue de Barbarie Nationalpark ersetzt werden, wo die Gemeinden aktiv am Schutz bedrohter Arten beteiligt sind.
Am Nachmittag reisen wir in die Ferlo-Region, um das Leben der Fulani (Peul) kennenzulernen, die seit Jahrhunderten als Hirten in Westafrika leben. Begleitet von einem lokalen Fulani-Guide erfahren wir, wie sie ihre Herden in einer sich wandelnden Umwelt führen. Am Abend kehren die Tiere zurück, und das Melken wird als gemeinschaftliches Ritual vollzogen – ein Symbol für die tiefe Verbindung zwischen den Fulani und ihrem Land. Diese Begegnung ermöglicht einen authentischen Einblick in eine Kultur, die Tradition und Wandel vereint.

Übernachtung: Ecolodge de Koba (F/M/A)

Inklusivleistungen

- Gruppenreise (max.16 Personen)
- alle Übernachtungen wie im Reiseplan beschrieben oder gleichwertig
- Verpflegung laut Reiseplan (F=Frühstück / M=Mittagessen/Picknick / A=Abendessen)
- alle Eintritte & Aktivitäten laut Reiseplan
- englischsprachige Reiseleitung
- alle Transportleistungen ab / bis Flughafen Dakar
- Inlandsflug Cap Skirring-Dakar
- Reisesicherungsschein
- Kompensation aller CO2-Emissionen

Zusätzliche Entgelte / nicht enthalten:
Visa-Gebühren (für EU-Bürger entfällt), internationale Flüge, Dinge des persönlichen Bedarfs, nicht genannte Mahlzeiten & Getränke, Trinkgelder, zusätzliche & optionale Aktivitäten, Reiseversicherung

Flug

Die Kosten für internationale Flüge sind nicht im Reisepreis enthalten. Sie möchten aber ein Angebot inklusive der Flüge? Dann notieren Sie dies bitte im Anfrageformular und geben Ihren gewünschten Abflughafen an. Sie erhalten dann ein unverbindliches und tagesaktuelles Angebot. Bitte beachten Sie, dass die Flugpreise stark schwanken und sich täglich ändern können.

Nachhaltigkeit

Auf einer Reise in Senegal inkl. Flug haben Sie eine durchschnittliche Klimawirkung von etwa 3.380 kg CO2 pro Person, darin sind neben dem reinen CO2 auch weitere Emission integriert. Die Kompensation dieser Menge in Zusammenarbeit mit Atmosfair ist bereits in den Reiseleistungen enthalten. Den Anteil des Landprogramms berechnen wir dabei pauschal mit 1430 kg CO2, aufgrund der unterschiedlichsten Einflüsse auf die Klimawirkung während Ihrer Reise sind Individualwerte kaum zu messen. Mehr Infos zur Nachhaltigkeit bei Akwaba Afrika gibt es hier.

Tag 6: Glaube, Gemeinschaft und wirtschaftliche Kraft
Unsere Reise führt uns nach Touba, die heilige Stadt der Mouriden, einer der einflussreichsten Sufi-Bruderschaften Senegals. Gegründet 1887 von Cheikh Amadou Bamba Mbacké, ist Touba nicht nur ein religiöses Zentrum, sondern auch ein Symbol für Selbstbestimmung, Bildung und wirtschaftliche Unabhängigkeit. Die Mouriden haben eine einzigartige islamische Praxis entwickelt, die Glaube, Arbeitsethik und Gemeinschaft verbindet und eine zentrale Rolle im gesellschaftlichen Leben Senegals spielt. Ihre Interpretation des Islam betont Frieden, Arbeitsethik und Gemeinschaft, was sie zu einer stabilisierenden Kraft in der senegalesischen Gesellschaft macht.
Am Morgen besuchen wir die Große Moschee von Touba, eines der bedeutendsten religiösen Bauwerke Westafrikas. Seit ihrer Fertigstellung im Jahr 1963 ist Touba rasant gewachsen und zählt heute über 1,1 Millionen Einwohner. Während des jährlichen Grand Magal, einer Pilgerfahrt zu Ehren von Amadou Bamba, kommen Millionen von Gläubigen zusammen, um seine Lehren und sein Vermächtnis zu feiern.
Die Mouriden sind für ihre Gastfreundschaft und Spiritualität bekannt. Der Besuch von Touba erfordert jedoch Respekt für die örtlichen Traditionen: Besucher kleiden sich angemessen und verzichten auf Rauchen und Alkohol. Ein Mitglied der Baye Fall, einer Strömung innerhalb der Bruderschaft, die sich durch harte Arbeit und spirituelle Hingabe auszeichnet, wird uns begleiten und uns Einblicke in die Philosophie und das tägliche Leben dieser einzigartigen Gemeinschaft geben. Es ist wichtig zu erwähnen, dass die Große Moschee von Touba eine der wenigen Moscheen ist, die Besuche von Menschen aller Religionen erlaubt.

Übernachtung: Hotel des Relais de Kaolack (F/M/A)

Tag 7: Die Steinkreise von Senegambia
Früh am Morgen machen wir uns auf den Weg nach Sine Ngayène, einem der bedeutendsten megalithischen Stätten Westafrikas. Diese Steinkreise von Senegambia, die von der UNESCO als Weltkulturerbe anerkannt sind, erstrecken sich über ein Gebiet von 100 Kilometern Breite und 350 Kilometern Länge entlang der Nordseite des Gambia-Flusses. Sie gehören zu den größten und am besten erhaltenen megalithischen Komplexen der Welt und sind ein eindrucksvolles Zeugnis der Zivilisationen, die diese Region vor über 1.500 Jahren bewohnten.
Die vier Hauptgruppen – Sine Ngayène, Wanar, Wassu und Kerbatch – umfassen insgesamt 93 Steinkreise sowie zahlreiche Grabhügel. Lokale Gemeinschaften betrachten diese Stätten als heilige Orte mit tiefer kultureller und spiritueller Bedeutung. Archäologische Funde deuten darauf hin, dass sie nicht nur als Begräbnisstätten dienten, sondern auch als Orte sozialer und ritueller Zusammenkunft. Ihre Errichtung zeigt die komplexe Organisation und den technischen Fortschritt der damaligen Gesellschaften.
Nach der Besichtigung setzen wir unsere Reise fort und überqueren die Grenze nach Gambia. Nach den Grenzformalitäten fahren wir weiter nach Banjul, der Hauptstadt des Landes. Während der Fahrt genießen wir die vielfältige Landschaft, die uns einen Eindruck von der natürlichen Schönheit und der geologischen Vielfalt der Region vermittelt.

Übernachtung: Kairaba Beach Hotel (F/M/A)

Tag 8: Ankunft in Casamance
Heute tauchen wir in die faszinierende Vogelwelt Gambias ein. Mit einem erfahrenen ornithologischen Führer beobachten wir majestätische Fischadler und farbenfrohe Turakos in ihrem natürlichen Lebensraum. Diese beeindruckenden Vögel symbolisieren das tiefe Verständnis der lokalen Gemeinschaften für ihre Umwelt.
Nach der Vogelbeobachtung setzen wir unsere Reise fort und überqueren die Grenze zur Casamance-Region in Senegal. Auf dem Weg besuchen wir ein abgelegenes Dorf und genießen ein traditionelles Mittagessen, das die lokale Wirtschaft unterstützt.
Am Nachmittag, mit etwas Glück, erleben wir die heiligen Masken der Diola. Diese Masken, tief verwurzelt in der spirituellen und sozialen Struktur der Diola, erscheinen aus dem heiligen Wald und führen Tänze auf, die die Kräfte der Geister kanalisieren. Sie spielen eine zentrale Rolle bei der Lösung von Konflikten und der Stärkung des sozialen Zusammenhalts.
Am Abend erreichen wir unser komfortables Hotel in Ziguinchor und genießen die Ruhe und den atemberaubenden Blick auf die Ufer des Casamance-Flusses.

Übernachtung: Hôtel Kadiandoumagne (F/M/A)

Tag 9: Erkundung der Diola-Kultur und Traditionen
Heute verlassen wir die Hauptstraße und tauchen in die Welt der Diola-Gemeinschaften ein. Wir besuchen ein traditionelles Lehmhaus, das von einer Diola-Familie bewohnt wird. Diese „cases à impluvium“ – runde Häuser mit einem offenen Innenhof – sind beeindruckende Beispiele traditioneller Architektur. Der Innenhof sammelt Regenwasser, das in einem kleinen Becken in der Mitte aufgefangen wird, und hält die Räume auch in den heißesten Monaten kühl. Diese Häuser symbolisieren die tiefe Verbundenheit der Diola mit der Natur und ihre Anpassungsfähigkeit an die Umwelt. Früher dienten sie auch als Verteidigungsanlagen, was ihre historische Bedeutung unterstreicht.
Danach fahren wir weiter in ein abgelegenes Diola-Dorf, wo uns der König empfängt. Der König ist nicht nur eine politische Figur, sondern auch der Hohepriester mit mystischen Kräften und tiefem Wissen über die Diola-Kosmogonie. In einem feierlichen Gespräch gibt uns der König Einblicke in die traditionellen Werte und das spirituelle Leben der Diola. Er erklärt, wie ihre Kosmologie die Beziehung zur Natur, zu den Vorfahren und zu den Geistern im täglichen Leben beeinflusst und wie ihre soziale Struktur auf diesen tiefen spirituellen und historischen Wurzeln beruht.
Am Nachmittag fahren wir zum Flughafen Cap Skirring, um unseren Flug nach Dakar zu nehmen. Während des Fluges genießen wir die atemberaubende Aussicht auf die Flussmündungen und die Atlantikküste. Aus der Luft betrachten wir die verschiedenen Landschaften, die uns einen letzten Eindruck von der natürlichen Schönheit und kulturellen Vielfalt der Region vermitteln.

Übernachtung: Hôtel Royal Saly (F/M/A)

Tag 10: Heimreise
Genießen Sie Ihren letzten Tag noch einmal in vollen Zügen: Erkunden Sie die Umgebung, entspannen Sie bei einem gemütlichen Spaziergang oder nutzen Sie die Gelegenheit, letzte Souvenirs für Ihre Liebsten zu besorgen. Ihr Zimmer steht Ihnen bis 18 Uhr zur Verfügung, sodass Sie sich vor Ihrer Abreise in Ruhe frisch machen und entspannen können. Am Nachmittag bringen wir Sie pünktlich und stressfrei zum Flughafen. Dort verabschieden wir uns persönlich von Ihnen und wünschen Ihnen eine angenehme Heimreise mit vielen schönen Erinnerungen im Gepäck. Wir hoffen, dass Sie eine unvergessliche Zeit im Senegal verbracht haben und freuen uns, Sie bald wieder auf dem afrikanischen Kontinent begrüßen zu dürfen. **Ba benene yonn!**

Ende der Reise (F/M/-)

Preise Gruppenreisen

2025

	Sprache	Preis	EZZ	Status	Anmerkung
27.12. – 05.01.	Englisch	2.490,–	360,–	Ausgebucht	

2026

	Sprache	Preis	EZZ	Status	Anmerkung
07.02. – 16.02.	Englisch	2.333,–	340,–	Bestätigt	Es liegen bereits fünf Buchungen vor
28.03. – 06.04.	Englisch	2.333,–	340,–	Verfügbar	
25.04. – 04.05.	Englisch	2.333,–	340,–	Verfügbar	
31.10. – 09.11.	Englisch	2.333,–	340,–	Bestätigt	Es liegen bereits zwei Buchungen vor
26.12. – 04.01.	Englisch	2.493,–	390,–	Verfügbar	

- Für die direkte Einreise aus Deutschland sind keine Pflichtimpfungen vorgeschrieben.
- Bei dieser Reise handelt es sich um eine internationale Zubucherreise.
- Es können weitere Gäste anderer europäischer Reiseveranstalter an der Reise teilnehmen.
- Englischkenntnisse sind für ein optimales Reiseerlebnis empfehlenswert.
- Alle Preise verstehen sich in € pro Person ohne internationale Flüge.
- Mindestteilnehmerzahl: **6 Personen** - maximal: 16 Personen.
- Ungefähre Gruppengröße: 10 Personen.