

**EL SALVADOR | HONDURAS | NICARAGUA | GUATEMALA**

## Wo Vulkane auf Karibik treffen

### Tag 1: San Salvador

✓ Frühstück

Willkommen in Zentralamerika! Kaum steigen Sie in San Salvador aus dem Flugzeug, empfängt Sie diese warme, tropische Luft – und mit ihr das Gefühl, dass jetzt vier ganz unterschiedliche Länder und 23 Tage voller Vulkane, Kolonialstädte und Karibik vor Ihnen liegen. Unser Reiseleiter erwartet Sie bereits am Flughafen und bringt Sie zu unserem Stadthotel. Den restlichen Tag lassen wir bewusst ruhig angehen und lassen die ersten Eindrücke der salvadorianischen Hauptstadt auf uns wirken.

### Tag 2: San Salvador – Nationalpark El Boqueron – Joya de Cerén – Suchitoto

✓ Frühstück

Vulkanblick am El Boqueron

Zeitreise nach Joya de Cerén

Nach dem Frühstück geht es zunächst in den Nationalpark El Boqueron, wo uns ein kurzer Spaziergang bis an den Rand des Vulkankraters führt – bei klarem Wetter erwartet uns hier ein herrlicher Blick über San Salvador. Auf dem Weg nach Suchitoto machen wir Halt an der archäologischen Stätte Joya de Cerén, die auch als „salvadorianisches Pompeji“ bekannt ist: 590 n. Chr. wurde eine ganze mesoamerikanische Bauerngemeinschaft unter einer Ascheschicht begraben – und genau das hat ihren Alltag bis heute konserviert. Seit 1993 zählt der Ort zum UNESCO-Weltkulturerbe. Am Nachmittag erreichen wir Suchitoto, die letzte gut erhaltene Kolonialstadt des Landes, malerisch am Suchitlán-Stausee gelegen. Wir schlendern über Kopfsteinpflaster und lassen uns vom kolonialen Flair verzaubern.

### Tag 3: Suchitoto – La Cinquera – Suchitoto

✓ Frühstück

Dorfbesuch La Cinquera

Stadtbummel Suchitoto

Am Suchitlán-See entlang fahren wir heute in die kleine Regenwaldgemeinde La Cinquera. Was auf den ersten Blick wie ein beschauliches Dorf wirkt, erzählt eine bewegende Geschichte: Einst eine Hochburg der FMLN im salvadorianischen Bürgerkrieg, hat die Gemeinde die Brutalität jener Jahre hinter sich gelassen und ein Tourismusprojekt aufgebaut, das Geschichte vermittelt und gleichzeitig den umliegenden Wald vor illegaler Abholzung bewahrt. Wir besuchen das kleine Bürgerkriegsmuseum und den Dorfplatz. Zurück in Suchitoto bleibt Zeit, die Stadt noch intensiver zu erkunden: Kunstgalerien, Kunsthandwerksläden und die 1853 erbaute Santa-

Lucía-Kirche gehören zu den Highlights. Von mehreren Punkten der Stadt aus genießen wir einen wunderschönen Blick auf den Suchitlán-See, über dem Pelikane, Reiher und Störche kreisen.

#### Tag 4: Suchitoto – San Lorenzo (Honduras)

##### ✓ Frühstück

Grenzübertritt nach Honduras

Bootsfahrt durch die Mangroven

Ein neues Land, ein neues Kapitel: Heute queren wir El Salvador und überschreiten die Grenze nach Honduras. Am Nachmittag erreichen wir die Pazifikküste und die Hafenstadt San Lorenzo am Golf von Fonseca – liebevoll „touristische Hauptstadt des Südens“ genannt und berühmt für ihre Meeresfrüchte sowie den historischen Pier Boca del Henecán. Nach dem Check-in im Hotel besuchen wir den Hafen und unternehmen (wetterabhängig) eine Bootsfahrt durch die Mangroven bei Sonnenuntergang – ein stimmungsvoller Ausklang des Tages, bei dem oft nur das Klappern der Fischerboote und ferne Stimmen vom Ufer zu hören sind. Am Abend haben Sie Gelegenheit, typische Gerichte mit Garnelen und Curiles zu probieren.

#### Tag 5: San Lorenzo – Chichigalpa – León (Nicaragua)

##### ✓ Frühstück

Rum-Verkostung

Besichtigung der Kathedrale León

Nach einer kurzen Fahrt durch Honduras überqueren wir die Grenze nach Nicaragua. In Chichigalpa dreht sich alles um Rum: Wir besuchen die 1890 gegründete Brennerei Flor de Caña, deren Produkte seit dem Jahr 2000 mit über 120 internationalen Auszeichnungen prämiert wurden – natürlich inklusive Verkostung. Hinweis: Die Rum-Tour findet nur samstags und sonntags um 9, 11 und 14 Uhr statt. Weiter geht es nach León, dessen Kathedrale – die größte Zentralamerikas und UNESCO-Weltkulturerbe – die schönste Kolonialarchitektur Nicaraguas zeigt. Je nach Ankunftszeit besichtigen wir die Kathedrale und bummeln durch die Gassen der ehemaligen Hauptstadt.

#### Tag 6: León – Granada

##### ✓ Frühstück

Aussichtspunkt Caterina

Stadtrundgang Granada

Auf dem Weg nach Granada halten wir am Aussichtspunkt Mirador de Caterina – bei guter Sicht erwartet uns hier ein atemberaubendes Panorama über die Laguna de Apoyo, den Nicaraguasee und Granada in der Ferne. Am Nachmittag erreichen wir Granada, eine der schönsten Kolonialstädte Zentralamerikas. Bei einem Rundgang durchs historische Zentrum kommen wir am Kloster San Francisco und der Kirche Guadalupe vorbei, bevor wir

schließlich vor der leuchtend gelben Kathedrale am lebendigen Hauptplatz stehen – ein Postkartenmotiv wie aus dem Bilderbuch.

## Tag 7: Granada – Vulkan Mombacho – Isletas de Granada – Granada

Kraterwanderung Mombacho

Bootstour Isletas

Ein Tag, zwei Welten: erst hoch hinauf in die Wolken, dann hinaus aufs glitzernde Wasser. Heute wandern wir auf den 1.345 m hohen Vulkan Mombacho und tauchen dabei in die Nebelwaldzone des Naturreservats ein. Der kurze Kraterweg (ca. 1,5–2 km) belohnt uns mit schönen Ausblicken auf Granada und den Nicaraguasee. Am Nachmittag geht es mit dem Boot weiter zu den Isletas de Granada – über 360 kleine Inseln, die vor Jahrtausenden durch einen Ausbruch des Mombacho entstanden sind. Fast alle Inseln befinden sich in Privatbesitz, und es ist überraschend spannend zu entdecken, was die nächste Insel bereithält: mal ein schlichtes Anwesen, mal eine protzige Villa – und auf einer sogar eine ganze Affenkolonie, die sich von den vorbeituckenden Booten kaum stören lässt und neugierig aus den Bäumen herabblickt! Am späten Nachmittag kehren wir ins Hotel in Granada zurück.

## Tag 8: Granada – Somoto Canyon – Somoto

✓ Frühstück

Wanderung Somoto Canyon

Heute fahren wir ins nördliche Hochland Nicaraguas Richtung Somoto und passieren dabei Estelí, das nach der kubanischen Revolution 1959 zur Zuflucht kubanischer Zigarrenproduzenten wurde und sich seither zu einem der bedeutendsten Zentren der Zigarrenherstellung weltweit entwickelt hat. Am frühen Nachmittag besuchen wir den Somoto Canyon, der erst 2004 von tschechischen Geologen entdeckt und aufgrund seiner beeindruckenden Felsformationen zum Nationalpark erklärt wurde. Anschließend kurze Weiterfahrt und Übernachtung im Städtchen Somoto.

## Tag 9: Somoto – Tegucigalpa (Honduras)

✓ Frühstück

Aussicht von El Picacho über Tegucigalpa

Somoto – Tegucigalpa (Honduras) Wir machen uns auf den Weg zur Grenze und weiter nach Honduras. Kurz vor der Hauptstadt Tegucigalpa halten wir im Park El Picacho, hoch über der Stadt gelegen, wo seit 1997 eine 30 Meter hohe Jesus-Statue über die Hauptstadt wacht – von rund 60 % der Bevölkerung des Central-Distrikts kann sie insbesondere nachts von weitem gesehen werden. Wir genießen die Panoramansicht über Tegucigalpa, bevor es ins Stadthotel geht.

## Tag 10: Tegucigalpa – Comayagua – Azul Meambar Nationalpark

✓ Frühstück

Stadtbesichtigung Comayagua

Fahrt entlang des Yojoa-See

Heute geht die Fahrt weiter in den Azul-Meambar-Nationalpark. Unterwegs besichtigen wir die im 16. Jahrhundert gegründete ehemalige Kolonialhauptstadt Comayagua, deren historisches Zentrum zu einem Spaziergang einlädt. Wahrzeichen ist die Kathedrale mit einer Uhr aus dem Jahr 1100 – eine der ältesten Uhren Amerikas, die bis heute tickt! Unsere Weiterfahrt führt uns malerisch am Yojoa-See entlang, dem größten Binnensee Honduras', dessen Umgebung reich an unterschiedlichsten Lebensräumen ist.

## Tag 11: Azul Meambar Nationalpark

✓ Frühstück

Wanderung im Bergnebelwald

Ein ganzer Tag steht uns heute für Entdeckungen im abwechslungsreichen Nationalpark zur Verfügung. Wir erleben atemberaubende Ausblicke in die unberührten Bergregenwälder und auf den nahen Yojoa-See. Zwischen 415 und 2.080 Metern Höhe wechseln sich Kaffeeplantagen, Kiefernwälder, geheimnisvolle Nebelwälder und seltene Elfenwälder mit einem bizarren Ökosystem aus moos- und flechtenbewachsenen Zwergeichen ab. Je nach Lust und Kondition wandern wir bis in die Nebelwaldzone hinauf – und wer möchte, gönnt sich unterwegs ein erfrischendes Bad unter einem kristallklaren Wasserfall.

## Tag 12: Azul Meambar Nationalpark – Luna del Puente – Pulhapanzak – Copán Ruinas

✓ Frühstück

Besuch auf der Kakaofinca

Wasserfall Pulhapanzak

Von der Kakaobohne bis zum tosenden Wasserfall, der einst Walt Disney inspirierte – ein Tag voller Überraschungen liegt vor uns. Nach dem Frühstück besuchen wir eine Kakaofinca im Naturreservat Luna del Puente. Möchten Sie als echter Schokoladenfan wissen, wie aus der Kakaofrucht Schokolade wird? Bei einer Führung über die Plantage erfahren wir es aus erster Hand – die Finca-Besitzer erzählen oft mit sichtlichem Stolz, wie die Kakaoschoten von Hand geerntet und fermentiert werden – und dürfen nach Möglichkeit auch frisch zubereiteten Kakao genießen (ein Teil des Kakaos für eine bekannte Schweizer Schokolade stammt übrigens tatsächlich aus Honduras!). Anschließend geht es weiter zum schönsten Wasserfall des Landes: dem Pulhapanzak, der 1965 sogar Walt Disney zu „Das Dschungelbuch“ inspirierte. Man vermutet, dass hier einst ein wichtiges zeremonielles Zentrum der Maya lag. Am späteren Nachmittag erreichen wir Copán Ruinas und lassen den Tag im kolonialen Städtchen ausklingen.

## Tag 13: Copán

✓ Frühstück

Mayaruinen Copán

Vogelpark Macaw Mountain Bird Sanctuary

Der heutige Tag steht ganz im Zeichen der Maya. Wir besuchen den legendären archäologischen Park von Copán, der aus den Hauptruinen und den Grabstätten (Sepulturas) besteht. Ein absolutes Highlight ist die berühmte Hieroglyphentreppe mit 63 Stufen und über 2.500 Glyphen – der bis heute längste entdeckte Maya-Text der Welt! Am Nachmittag besuchen wir das Macaw Mountain Bird Sanctuary, wo wir zahlreiche Vogelarten wie Papageien und Tukane aus nächster Nähe beobachten können.

## Tag 14: Copán – La Ceiba

✓ Frühstück

Fahrt an die Karibikküste

Nach einem zeitigen Frühstück steht heute eine längere Fahrt (ca. 7–9 Stunden, verkehrsbedingt) quer durch Honduras an die Karibikküste an, mit mehreren Pausenstopps unterwegs. Am späten Nachmittag erreichen wir das Städtchen La Ceiba, wo je nach Zeit noch ein kurzer Stadtrundgang möglich ist.

## Tag 15: La Ceiba – Utila

✓ Frühstück

Fährüberfahrt nach Utila

Türkisblaues Wasser, so weit das Auge reicht – jetzt beginnt unser karibisches Kapitel. Nach einem frühen Frühstück geht es zum Fährhafen, wo sich unser Reiseleiter für ein paar Tage von uns verabschiedet. Um 9 Uhr trägt uns die Fähre eine Stunde hinaus aufs karibische Blau, auf die Insel Utila – die kleinste der honduranischen Bay Islands, ein echtes Inselparadies mit türkisblauem Wasser, entspannter Atmosphäre und ursprünglichem Charme. Schon beim Anlegen am Pier begrüßt uns oft das entspannte Inselleben: Fischer sortieren ihren Frühsfang, während irgendwo leise Reggae-Musik aus einer Strandbar klingt. Ob Sie an weißen Sandstränden entspannen, beim Schnorcheln bunte Korallenriffe entdecken oder bei einer Bootstour versteckte Buchten erkunden möchten – die Insel bietet für jeden Geschmack etwas. Besonders lohnenswert sind Ausflüge in die Mangroven, Kajaktouren durch ruhige Lagunen oder Begegnungen mit der lokalen Garifuna-Kultur. Unser kleines, familiär geführtes Hotel bietet geräumige, klimatisierte Zimmer sowie einen Pool zum Entspannen nach erlebnisreichen Tagen – nur wenige Minuten von Strand und Ortsleben entfernt.

## Tag 16: Utila

✓ Frühstück

Schnorcheln & Strandtag Utila

Auch heute steht der Tag zur freien Verfügung – nutzen Sie ihn, um die Insel auf eigene Faust zu erkunden, an einer Bootstour teilzunehmen oder einfach noch etwas karibisches Inselleben zu genießen.

## Tag 17: Utila

✓ Frühstück

Bootstour oder Entspannen Utila

Auch heute steht der Tag zur freien Verfügung – nutzen Sie ihn, um die Insel auf eigene Faust zu erkunden, an einer Bootstour teilzunehmen oder einfach noch etwas karibisches Inselleben zu genießen.

## Tag 18: Utila – La Ceiba – Omoa

✓ Frühstück

Festungsbesichtigung Omoa

Zurück aufs Festland, und mit ihm zurück in die Geschichte alter Piratenkämpfe. Frühmorgens bringt uns die 7-Uhr-Fähre zurück nach La Ceiba, wo unser Reiseleiter uns bereits erwartet. Auf einer längeren, kurzweiligen Fahrt mit Pausenstopps geht es die Karibikküste entlang Richtung guatemaltekische Grenze bis nach Omoa. Wir besuchen die Küstenfestung San Fernando de Omoa mit ihren schönen grünen Gärten, die einst zum Schutz der spanischen Silbertransporte vor Piratenüberfällen errichtet wurde – zwischen den alten Kanonen und dicken Festungsmauern lässt sich die bewegte Vergangenheit der Karibikküste förmlich spüren.

## Tag 19: Omoa – Rio Dulce (Guatemala)

✓ Frühstück

Festungsbesuch Rio Dulce

Nach dem Frühstück überqueren wir die Grenze nach Guatemala und erreichen das geschäftige Städtchen Rio Dulce, das an der Mündung des gleichnamigen Flusses zum Izabal-See liegt. Wir besuchen das in üppige Vegetation eingebettete Fort San Felipe de Lara, das die Spanier einst zum Schutz vor englischen Piraten errichteten. 1686 von Piraten in Brand gesteckt, wurde es später originalgetreu wiederaufgebaut.

## Tag 20: Rio Dulce – Flores

✓ Frühstück

Ankunft & Erkundung Flores

Nach einem gemütlichen Frühstück brechen wir Richtung Norden auf, wo uns der Petén-Itzá-See und der riesige Nationalpark Tikal erwarten. Am Nachmittag erreichen wir das sympathische Inselstädtchen Flores und haben Zeit, es auf eigene Faust zu erkunden.

## Tag 21: Flores – Tikal – Flores

✓ Frühstück

Maya-Stadt Tikal

Der Moment, auf den diese ganze Reise zusteuert: Heute steht einer der Höhepunkte unserer gesamten Reise auf dem Programm: Tikal! Zwischen 250 und 900 n. Chr. war die Stadt eine der prächtigsten der gesamten Maya-Welt und hat sich ihren unverwechselbaren Charme bis heute bewahrt. Wir nehmen uns ausgiebig Zeit für den Besuch der Anlage – die riesigen Pyramiden, die über das Blätterdach des Regenwaldes ragen, sind von solcher Eleganz und Mystik, dass Sie sie garantiert nie vergessen werden. Wer früh unterwegs ist, wird oft mit dem Ruf der Brüllaffen belohnt, der weit über den Regenwald hallt und der Ruinenstadt eine geradezu urzeitliche Atmosphäre verleiht. Am Nachmittag kehren wir nach Flores zurück, wo sich unser Reiseleiter von der Gruppe verabschiedet.

## Tag 22: Flores – Guatemala-Stadt

✓ Frühstück

Optionale: Bootstour Lago Petén Itzá

Flug Guatemala-Stadt

Der Vormittag steht Ihnen zur freien Verfügung – genießen Sie die Annehmlichkeiten Ihres Hotels oder unternehmen Sie optional eine Bootstour auf dem Lago Petén Itzá mit Besuch des ARCAS Wildlife Rescue Center und der Maya-Ruinenstätte Tayasal, der letzten unabhängigen Maya-Hauptstadt (bis 1697). Am Nachmittag fliegen wir von Flores nach Guatemala-Stadt und beziehen unser Stadthotel für die letzte Nacht unserer Reise.

OPTIONAL (nicht im Reisepreis enthalten): Bootstour Lago Petén Itzá mit ARCAS Wildlife Rescue Center & Maya-Ruinen Tayasal – USD 70 p.P. (ab 4 Pers.) mit englischsprachiger, lokaler Reiseleitung. Nicht im Reisepreis enthalten, buchbar vor Ort über die Reiseleitung.



### Tag 23: Guatemala-Stadt

✓ Frühstück

Transfer & Rückflug

Nach dem Frühstück heißt es Abschied nehmen: Zeitgerechter Transfer zum Flughafen für Ihren Rückflug nach Europa – im Gepäck 23 unvergessliche Tage voller Vulkane, Kolonialstädte, Dschungel, Karibik und Maya-Geschichte.



### Tag 24: Ankunft Deutschland/Österreich/Schweiz

Herzlich willkommen zu Hause!