



Die Alpinsportschule

KULTURWANDERN IN BULGARIEN

Seite 1



- Ort:** Rhodopen und Piringebirge, 2 der zahlreichen Gebirgszüge Bulgariens
Termine: 25.09. – 05.10.14 (11 Tage)
Können: ● ● ● ● ●
Ausdauer: ● ● ●
Preis: € 1.290,- pro Person
Teilnehmer: 7-9
Leistungen: VDBS Bergwanderführerin Isolde Fink und Georgi Dimitrov (Reiseführerautor und exzellenter Landeskenner), Übernachtung/Halbpension im Doppelzimmer, 1x im Mehrbettzimmer, alle Transfers vor Ort durch Begleitfahrzeug

- Kirchen und Moscheen - unbekannte Kultur Bulgariens
- Wanderungen in den Rhodopen und im UNESCO Naturerbe des Piringebirges
- Übernachtungen in familiären Pensionen
- Genusswandern mit kulinarisch Regionalem
- Viel Kontakt mit den Einheimischen

Nördlich der Grenze zu Griechenland schließen sich in Bulgarien die von Legenden umwobenen Rhodopen an. Dort sollen die Gesänge des Orpheus noch immer Wunder bewirken. Ob dem so ist, das werden wir möglicherweise erst nach unserer Weinprobe im kleinsten Weinbaugebiet Bulgariens erleben. Nachdem wir in den unzähligen Hügeln der Rhodopen die Landschaft des Mittelgebirges genossen haben steigen wir im Piringebirge in wildere Gefilde auf. Hier gibt es neben den kulinarischen Genüssen je nach Lust und Laune der Teilnehmer Genusswandern und/oder etwas anstrengendere Touren.

Informationen zur Veranstaltung

Tag 1: Dobre doschli!

Herzlich willkommen! Ankunft in Sofia. Transfer vom Flughafen nach Plovdiv (ca. 2 Std.), der zweitgrößten und zugleich schönsten Stadt Bulgariens. Je nach Ankunftszeit besichtigen wir am späten Nachmittag noch die

Bergfuehlung – Die Alpinsportschule GmbH

Büro: Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · Fon: *49 (0) 7051-15 96 828 · Fax: *49 (0) 7051-15 96 827 · www.bergfuehlung.de · info@bergfuehlung.de



Die Alpinsportschule

KULTURWANDERN IN BULGARIEN

Seite 2

Innenstadt. Übernachtung in einem zentrumsnahen 3-Sterne Hotel. Abendessen in einem Restaurant in Hotelnähe. Doppelzimmer mit WC und Dusche.

Tag 2: Plovdiv und das Batschkovo-Kloster

Plovdiv hat ein erstaunliches kulturhistorisches Erbe. Die Römer bauten ihre Stadt *Trimontium* zwischen drei Hügeln. Wie bei den Römern üblich gab es Theater, Stadion, Prachtstraßen, Forum, Odeon usw. Zahlreiche Überreste davon sind noch zu sehen. Die Geschichte Bulgariens spiegelt sich im Stadtbild. Typisch für das 19. Jhd. sind die bunt verputzten „Wiedergeburtshäuser“ (In Bulgarien wird die Zeit der nationalen Einigung im 18. und 19. Jahrhundert als Periode der „nationalen Wiedergeburt“ bezeichnet). Schon lange vorher entstanden Kirchen und Moscheen. Wenn möglich besichtigen wir das berühmte Batschkovo Kloster. Es ist das zweitgrößte Kloster Bulgariens, eine Gründung aus dem Jahr 1083. Die dort ansässige wundertätige Ikone sorgt u. a. für gutes Wetter? Anschließend fahren wir durch die Rhodopen zu unserem Stützpunkt für die Wanderungen in den nächsten Tagen, zum Dorf Arda im Grenzgebiet zu Griechenland. Übernachtung in einer familiengeführten Pension, wo die Kochkunst der Hausfrau legendär ist.

Gehzeit: 1,5 Std. + 200 m; - 200 m, 2 Übernachtungen in Arda. Doppelzimmer mit WC und Dusche.

Tag 3: Die Quelle des Arda Flusses

Das idyllische Dorf Arda ist Ausgangspunkt für Wanderungen ins Grüne. Von der Pension starten wir zur Quelle des Arda Flusses. Durch Wiesen und Mischwald steigen wir nach Süden auf. Der Fluss entspringt der Legende nach an den Wurzeln einer Buche. Dort ist unsere Mittagsrast mit Grillade. Wir sind gespannt was unsere Freunde aus dem Dorf für uns vorbereitet haben! Hier erleben wir auch den Klang des Dudelsacks – das typische Instrument der Rhodopen. Danach wandern wir zu einem antiken Heiligtum und steigen schließlich zum Dorf Arda ab. Nach dem köstlichen Abendessen bei unseren Gastgebern schlafen wir wie die Bären. *Gehzeit: 5,5 Std. + 550 m; - 550 m*

Tag 4: Von Schiroka Laka nach Gela und Devin

Transfer zum architektonisch interessanten Reservat Schiroka Laka. Dort sind viele der typischen Wiedergeburtshäuser der West-Rhodopen erhalten. Nach einem Rundgang steigen wir zum Dorf Gela hoch, wo der Legende nach der mythologische Musikant Orpheus geboren wurde. Wir wandern weiter hinauf zu dem winzigen Dorf Stikal, das mit 1.500 m einer der höchstgelegenen Orte Bulgariens ist – eine wahre Idylle. Danach Transfer nach Devin. Wir übernachten bei einer herzlichen einheimischen Familie und kosten ihre Spezialitäten.

Gehzeit: 5,5 Std. + 900 m; - 400 m, 1 Übernachtung in Mugla. Doppelzimmer, Dusche und WC am Gang.

Tag 5: Von Devin nach Trigrad

Nach einem kurzen Transfer geht es auf einen Forstweg durch ein schönes Tal aufwärts. Durch Nadelwälder und Wiesen steigen wir danach zum Dorf Trigrad ab. Eine familiengeführte Pension in Trigrad ist unser Quartier für



Die Alpinsportschule

KULTURWANDERN IN BULGARIEN

Seite 3

heute. Hausgemachte Speisen und Getränke zieren den Tisch! Auch heute wird unser Gepäck gefahren. Wir wandern nur mit kleinen Rucksäcken!

Gehzeit: 4 Std. +450 m; - 100 m, 1 Übernachtung in Trigrad. Doppelzimmer mit WC und Dusche.

Tag 6: Durch die Rhodopen nach Bansko

Bei Trigrad liegt die atemberaubende gleichnamige Schlucht. Die nächste Wandertour starten wir von dort aus und steigen zuerst zu einem Aussichtspunkt auf. Danach geht es zum Pomaken-Dorf Jagodina. Am Dorfplatz trägt die Moschee der bulgarischen Muslime zum bunten Kulturgemisch bei. Abstieg zur sehenswerten Jagodina-Höhle mit ihren Tropfsteinen und unterirdischen Seen. Auf einem Serpentinweg wandern wir aufwärts zum Dorf Chala. Am Nachmittag Fahrt durch die Rhodopen nach Bansko am Fuße des Pirin-Gebirges. In den letzten Jahren ist Bansko zum modernsten Skizentrum Bulgariens geworden. Die Innenstadt bietet etwas anders – traditionelle Häuser aus Stein und Holz mit dicken Mauern. Übernachtung in einem 3-Sterne Hotel. Abendessen mit einer einheimischen Familie in ihrem Haus in Bansko.

Gehzeit: 3,5 Std. + 500 m; - 300 m, 2 Übernachtungen in Bansko. Doppelzimmer mit WC und Dusche.

Tag 7: Berg Vihren – die Herausforderung

Eine Wanderreise ohne den Berg Vihren ist keine Wanderreise, sagen die Bulgaren. Diese Marmor-Pyramide ist die höchste Erhebung des Pirin-Gebirges. Den Aufstieg oder auf Wunsch die Überschreitung planen wir vor Ort entsprechend Wunsch und Wetter. Je nach Verhältnissen haben wir ein großartiges Panorama mit mehreren Gipfeln des Pirin- und Rilagebirges und der Rhodopen. Beim Abstieg nach Norden sind Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich! Durch einen uralten Wald, der älteste Baum zählt über 1300 Jahre, gelangen wir bei der Banderitsa Hütte zum Rücktransfer nach Bansko. Auf dem Weg zu einem traditionellen Restaurant, wo wir schmackhafte Spezialitäten kosten werden, besichtigen wir die Altstadt.

Gehzeit: 5,5 Std. + 950 m; - 1100 m

Tag 8: Im Nationalpark Pirin

Heute starten wir auf eine zweitägige Überschreitung des Pirin-Gebirges. Die Touren erfolgen im Nationalpark, der unter UNESCO Schutz steht. Vom Banderitsa Tal steigen wir zum Bergkamm vorbei an blauen Bergseen. Die Traverse führt uns auf hohe Berge zu einem Sattel. Am Rande des schönen Tevno Sees liegt die gleichnamige Schutzhütte auf 2512 m, wo wir übernachten werden. In der Umgebung erheben sich einige spektakuläre Gipfel. Für eine Nacht müssen wir das Gepäck in unseren Rucksack packen, denn der Bus kommt nicht bis zur Schutzhütte.

Gehzeit: 5,5 Std. + 800 m; - 250 m, 1 Übernachtung im Nationalpark Pirin. Mehrbettzimmer, Gemeinschafts-WC, keine Dusche.



Die Alpinsportschule

KULTURWANDERN IN BULGARIEN

Seite 4

Tag 9: Besteigung des Kameniza und Fahrt nach Melnik

Ein langer Tag für diejenigen, die den Berg Kameniza besteigen möchten. Der Höhenunterschied ist nicht sehr groß, aber die Strecke eine kleine Herausforderung: Der Weg zum 2822 m hohen Gipfel ist zwar steinig und mühevoll, der Lohn ist ein einzigartiger Weitblick im Süden bis weit nach Griechenland hinein. Nach 1000 m Abstieg treffen wir den Teil der Kleingruppe, der den Tag gemütlicher angehen wollte: jedem das seine, die Betreuung durch zwei Bergwanderführer macht's möglich. Nach der Mittagspause folgen noch 500 m durch den Nadelwald zu unserem Bus. In der winzigen Stadt Melnik wohnen nur etwa 250 Menschen! Vor dem Abendessen haben wir uns eine Weinprobe verdient! Melnik ist Zentrum der kleinsten Weinbauregion Bulgariens. Der Rotwein Melnik hat einen vollen Körper und schmeckt hervorragend. Abendessen in einem typischen Restaurant in einem unter Denkmalschutz stehenden Haus. Übernachtung in einem Hotel in der Altstadt.

Gehzeit: 5,5 Std. + 900 m; - 400 m, 1 Übernachtung in Melnik. Doppelzimmer mit WC und Dusche.

Tag 10: Rila-Kloster

Nach dem Frühstück machen wir eine einstündige Wanderung hoch über Melnik mit Blick zur Stadt. Danach Fahrt zum Rila-Kloster. Wir besichtigen das wichtigste Kultur- und Religionsdenkmal des Landes, das ebenfalls unter UNESCO Schutz steht. Das Kloster wurde im 10. Jh. gegründet. Die Architektur, die Malereien und Lage des Klosters sind sehr beeindruckend. Es folgt eine schöne Wanderung zur Höhle, in der der Klosterbegründer Ivan Rilski vor 1000 Jahren als Einsiedler lebte. Am Nachmittag Transfer nach Sofia. Übernachtung in einem zentrumsnahen 3-Sterne Hotel. Anschiedessen in einem typischen Restaurant im Kern der Hauptstadt.

Gehzeit: 1 Std. + 100 m; - 100 m – erste Tour, Gehzeit: 1 Std. + 100 m; - 200 m – zweite Tour

1 Übernachtung in Sofia. Doppelzimmer mit WC und Dusche.

Tag 11: Sofia

Stadtbesichtigung von Sofia. Der Sehenswürdigkeiten gibt es mehr als genug: beispielsweise die Alexander Nevski Kathedrale, die römischen Ruinen, usw. Am Nachmittag Transfer zum Flughafen und Rückflug.

Teilnahmevoraussetzungen

Sie benötigen für alle unsere Veranstaltungen eine gute Gesundheit, körperliche und geistige Fitness sowie Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein.

Ausdauer:

Für eine Teilnahme an dieser Tour ist eine gute Ausdauer für Wanderungen bis 1.300 Höhenmeter bzw. 4-5 Stunden Aufstieg notwendig.

Können:

Sie wandern meist auf guten Wegen, die allerdings gelegentlich auch Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordern. Bergwandererfahrung zum Beispiel aus den Alpen ist notwendig.



Die Alpinsportschule

KULTURWANDERN IN BULGARIEN

Seite 5

Risikohinweis

Bitte beachten Sie, dass Wandern und Bergsteigen auch bei größtmöglicher Sorgfalt durch Veranstalter und Wanderführer Risiken birgt, die nicht vollständig ausgeschlossen werden können.

Des Weiteren ist die Durchführung der Veranstaltung von den allgemeinen Bedingungen sowie vom Wetter abhängig. Diese Bedingungen können sich sehr kurzfristig ändern. Aus Sicherheitsgründen müssen wir uns vorbehalten, die Durchführung der Veranstaltung zu ändern oder sogar ganz abzusagen. Derartige Maßnahmen sind zu Ihrer eigenen Sicherheit. Selbstverständlich ist unser Team stets bemüht, den Kurs wie geplant durchzuführen. Änderungen am ausgeschriebenen Programm werden nur vorgenommen, wenn keine anderweitigen Lösungen möglich sind.

Versicherungen

In dem vorliegenden Reisearrangement sind keine Versicherungen enthalten. Bitte sorgen Sie selbst für ausreichenden Versicherungsschutz. Vor allem notwendig sind eine Auslandsreise-Krankenversicherung und eine Reisekostenrücktrittsversicherung. Versicherungscoupons liegen bei oder können bei uns angefordert werden.

Weitere zu erwartende Ausgaben

Anreise, Mittagessen, Eintritte in Sehenswürdigkeiten, Trinkgelder

Unterkunft

Familiäre Pensionen meist in DZ, ev. einmal Berghütte mit Lager (siehe Detailbeschreibung Reiseablauf)

Treffpunkt

Wird bekannt gegeben, sobald die Anreise abgeklärt ist.

Leitung

Isolde Fink (Dipl.-Geogr., VDBS Bergwanderführerin)

Anreise

<http://reiseauskunft.bahn.de> oder per Flugzeug. Wir beraten Sie gerne bei der Flugbuchung und koordinieren die Anreise der einzelnen Teilnehmer.

Verantwortung

Die Bergfuehlung ist CSR-zertifiziert (Nachhaltigkeits-Audit). D.h. wir übernehmen mit nachhaltigen Reisekonzepten Verantwortung gegenüber unserer Natur und Umwelt. In diesem



Bergfuehlung – Die Alpinsportschule GmbH

Büro: Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · **Fon:** *49 (0) 7051-15 96 828 · **Fax:** *49 (0) 7051-15 96 827 · **www.bergfuehlung.de** · **info@bergfuehlung.de**



Die Alpinsportschule

KULTURWANDERN IN BULGARIEN

Seite 6

konkreten Fall bedeutet dies beispielsweise das Reisen in kleinen Gruppen, intensiver Kontakt zu den Einheimischen und Übernachtung in familiär geführten Pensionen. Weiter reisen wir mit einem einheimischen Reiseführer und schaffen somit Zugänge zu dieser Kultur, die sonst nicht möglich wären.

Ausrüstung

Bitte bringen Sie folgende Ausrüstung und Bekleidung mit zur Tour:

Bergausrüstung

- Rucksack 25-30 Liter Volumen
- Knöchelhohe Wanderstiefel mit guter Profilgummisohle
- Trinkflasche

Kleidung

- Wanderbekleidung für warme und kalte Tage
- regendichte Jacke und Hose
- Handschuhe und Mütze
- funktionelle Unterbekleidung
- legere Kleidung für die Tage in den Städten

Sonstiges

- Sonnenbrille
- Sonnenschutz
- Individuelle Medikamente und Reiseaptheke
- Reisedokumente
- Geld
- Kamera