

REISEINFO und TIPPS Bolivien

Bolivien ist ein sehr schönes und unglaublich vielseitiges Land, das es wert ist, ausgiebig bereist zu werden.

Die Info ist nach bestem Wissen und Gewissen nach unseren Erfahrungen zusammengestellt, aber natürlich ohne Gewähr!

Beste Reisezeit: Nach vielen Gesprächen würde ich sagen Oktober bis Dezember. Dann ist es im Salar nicht mehr so kalt, die Flamingos sind da, die Regenzeit und mit ihr die Überflutung beginnt gerade erst (normalerweise ab November) Und im Amboro Nationalpark blühen die Bromelien und Orchideen, die Falter schlüpfen im Dezember. Außerdem gibt es einige Feste. Zweitbeste Zeit: Februar und Karneval, eben wegen der Feste.

Geld: Nur Bares ist Wahres! Visa wird so gut wie nie akzeptiert und wenn, dann teurer. Der einzige Geldautomat in Samaipata liest wieder nur die Visakarte. Touren und Hotels können öfter auch in Dollar bezahlt werden, in Samaipata auch in Euro. Beim Geld holen mit der Maestro-Karte auf Espagnol drücken, dann bekommt man 2000 Bolivianos, bei Ingles manchmal nur 500. Aber erst mal mit Ingles ausprobieren, welche Knöpfe man drücken muss (dann abrechnen). V-Pay wird nicht akzeptiert. Manche Automaten geben auch Dollar (Virus Viru und Samaipata). Gelegentlich kann in Restaurants in La Paz und Santa Cruz mit Maestro bezahlen (PIN und Unterschrift).

Essen und Trinken: In Bolivien gibt es ein großes Angebot an Obst und Gemüse, das auf den Märkten auch fast nichts kostet. Es gibt nur wenige Supermärkte, gekauft wird am Markt oder in Tante Emma Läden.

In den größeren Städten gibt es ein recht gutes Restaurantangebot, in den Orten mit vielen Backpackern (Uyuni, Copacabana) besteht das kulinarische Angebot meist aus (recht guter) Pizza. Bolivien hat guten eigenen Rotwein und auch gutes Bier, das im Vergleich zum Wein recht teuer ist. *Vegetarische Gerichte* stehen auf jeder Speisekarte.

Übernachten: Wir haben in Hostals übernachtet, dort allerdings immer im besten Zimmer mit Matrimonial Bett und privatem Bad. Oft beinhaltete das ein weiteres Schlafzimmer, bzw. ein Wohnzimmer und eine Küchenzeile. Darauf beziehen sich auch die Hinweise aufs Übernachten.

Gesundheit: Vielen macht die Höhe zu schaffen: Mit Atemnot und Kopfschmerzen kämpfen fast alle. Dagegen helfen die in jeder Apotheke erhältlichen Sorojchi-Pills www.sorojchipills.com. Darin ist Aspirin, Caffein und eine Mischung aus Aspirin und Paracetamol. Schwindel, das Gefühl betrunken zu sein, blutiger Husten sind Zeichen einer ernstesten Erkrankung – es besteht Lebensgefahr! So schnell wie möglich in tiefere Lagen ausweichen! In La Paz gibt es angeblich eine Gasdruckkammer.

Eigenes Verbandszeug mitbringen ist auf Wanderungen sinnvoll – die Guides haben nichts mit. Insektenschutz (Deet) ist in den tieferen Gebieten sinnvoll, es besteht ein (geringes) Risiko für Dengue, Malaria und Co. Am besten ihr erkundigt euch bei einem Tropenarzt.

In der Höhe unbedingt starken Sonnenschutz verwenden (ich hab es auch nicht geglaubt und mit Blasen bezahlt), außerdem Feuchtigkeitscreme und Lippbalsam – die trockene Luft ist verheerend für die Haut (gilt auch für Männer!)

Ausflüge und Touren: Ich kann nur Tipps geben, zu dem, was wir machten: Damit sind die Möglichkeiten keineswegs ausgeschöpft! Es gibt in Bolivien noch sehr viel mehr zu sehen! Siehe

Reiseführer und Blogs:

Wir verwendeten von „Reise Know How Peru und Bolivien“ den Bolivien-Teil. Die Infos zu Hintergrund, Restaurants und Unterkünften sind gut; auf Aktuelles wie Busverbindungen, Uhrzeiten und Preise sollte man sich nicht verlassen, rechtzeitig selbst erkundigen!

Außerdem folgende Blogs

www.passengeronearth.de <http://www.passengeronearth.com/de/?s=bolivien&submit=Los>

www.escapefromreality.com Death Road und Ex-Schigebiet

www.ferngeweht.de/tag/bolivien/ Sabine war auch in Rurrenabarque

Die einzelnen Orte

SANTA CRUZ

Es gibt nur zwei Gründe, um nach Santa Cruz zu fahren: Hin- und Rückflug.

Geldautomat: Am Flughafen Viru Viru im ersten Stock vor den Gates, gibt auch Dollar, und an der Plaza 24 de Sept/Calle 24 de Sept.

Die Stadt ist heiß und schwül, die Sehenswürdigkeiten beschränken sich auf einen kleinen Platz.

Essen: Kiwi-Cafe, Calle Bolivar 208, mexikanisch angehaucht, hübsch. Samstagsabend wird Tango getanzt.

Kaffeehaus Picolo, Calle 21 de Mayo, Ecke Junin; mit guten Kuchen, auch Frühstück, Mittag- und Abendessen

LA PAZ

Im touristischen Zentrum rund um die Kathedrale San Francisco ist La Paz am wenigsten interessant. Dort sind die Hostels, Touranbieter, Ausrüster und Souvenierverkäufer, sprich Touristen, aber nicht La Paz.

TIPP Übernachten: Hostel in Sopocachi suchen, z.B. das A la Maison. Man bekommt sehr viel mehr von der Stadt mit, wenn man von dort ins Zentrum schlendert. Außerdem ist dort die Teleferico Amarello, mit der man nach El Alto fahren kann oder ins Vallee de la Luna.

Sehenswert:

Markt in EL ALTO: Der große Markt ist sonntags, aber auch an den anderen Tagen ist bis mittags Gemüsemarkt

Markt Comache: In La Paz, riesiger Markt, auch morgens hingehen

Vallee de La Luna: bunten Microbus Nr 43 vor der Kathedrale nehmen, oder die Sicherheitskräfte nach den kleinen Bussen fragen; Fahrzeit eine gute Stunde; oder mit der Teleferico Amarello zur Talstation fahren und dort in den 43er einsteigen.

Fahrt mit der Teleferico (Amarello) nach El Alto: toller Blick, lässt sich mit dem Markt verbinden. Den **Prado** rauf und runterspazieren bis zum Plaza Avanca, um einen Eindruck von der Stadt zu bekommen.

Mutige können sich mit dem Mountainbike die **Death Road** hinunterstürzen, es gibt Angebote zum **Paragliden**, **Bergsteigen** oder man fährt ins ehemals **höchste Schigebiet** der Welt. Die

Touranbieter sind fast alle hinter der Kathedrale in der Calle Illampu. Dort gibt es auch **Ausrüstung**

Busse nach Copacabana: Diana Tours im Hotel Sagaranga in der Straße, die neben der Kathedrale hinauf geht (Calle Sagaranga). Abfahrt etwa 8 Uhr morgens, Fahrtzeit 4 Stunden, Ticket am Vortag kaufen

Busse nach Oruro: von 4:30 morgens an praktisch stündlich den ganzen Tag im Busterminal, Tickets am gleichen Tag kaufen

Zug von Oruro nach Uyuni/Tupiza/Villazon: Im Büro der FCA in der Sanchez Lima zwischen, Ticket im Voraus kaufen. Die Züge gehen viermal in der Woche, der Wara Wara Dienstag und Donnerstag, der Espresso del Sur Freitag und Sonntag. Info unter www.fca.com.bo

COPACABANA:

Übernachten: Hostel/Hotel Las Olas gehört zu den schönsten Unterkünften weltweit! Und es ist bezahlbar!

Essen und Trinken: Am Markt gibt es gutes Obst und Gemüse, wenn man sich selbst verpflegen will. Die Kakteenfrüchte, die geschält angeboten werden geben viel Energie und Flüssigkeit. In den Buden am Strand kann man sehr günstig Lachsforelle aus dem See essen.

Sehenswert:

Die **Segnung der Autos** jeden Tag um 10 Uhr vormittags herum, Höhepunkt am Sonntag; vor der Basilika

Die Sonnenuhr der Inkas, **Horca do Inca**, oder der Kalvarienberg

Das Dorf **Sayampa**, Anfahrt mit dem Taxi, dabei kann man unterwegs bei den Urus oder der Grotte Fatima stehenbleiben. So einteilen, dass man etwa um zwei Uhr in Sayampa ist, um genug Zeit zu haben (Fahrzeit von Copacabana aus ca. 40 bis 50 Minuten). Eventuell mit dem Taxi ausmachen, dass es in Sicuni wartet. Die Mircobusse fahren selten.

Und natürlich die

ISLA DO SOL

Abfahrt 8:30 am Strand von Copacabana, viele Anbieter

Ankunft in Cha'llapampa 11:00, man kann entweder um 13:00 von dort wieder zurück fahren oder um 15:30 von Yumani aus. Die Wanderung von Cha'llapampa bis Yumani kann je nach Fitness vier Stunden dauern!

TIPP: Ich würde heute eine Nacht in Yumani bleiben, vielleicht sogar zwei, das Angebot an hübschen Restaurants und Hostels mit toller Aussicht einfach nur zum Genießen ist zu groß und verlockend. Alternativ kann man von Yumani aus (Ankunft des Bootes um 10:00) hinaufsteigen – aber es ist sehr steil und weit! Ich denke, ich hätte zwei Stunden für den Aufstieg gebraucht! Mindestens!

Oruro/Zug nach Uyuni

Oruro ist nur sehenswert im Karneval, dann aber richtig! Der Karneval in Oruro ist Weltkulturerbe und einer der schönsten Südamerikas.

Züge siehe La Paz, ebenfalls ein **TIPP** mit dem Espresso del Sur von Oruro nach Uyuni/Tupiza fahren

SALAR DE UYUNI

Beste Reisezeit: Vermutlich September bis Oktober, nach dem eisigen Winter und vor der Regenzeit, wenn die Flamingos wieder da sind.

Uns wurde mehrfach gesagt, dass die Touren von Tupiza besser und schöner seien, als die von Uyuni aus. Es gibt Touren von einen bis zu fünf Tagen Länge, die längeren schließen auch Vulkanbesteigungen ein. Drei Tage ist ein guter Kompromiss. Wer nur den Salar besucht, versäumt das Beeindruckenste. Die Quartiere sind sehr einfach, es soll allerdings auch bessere geben, das ist eine Preisfrage (nur von Uyuni aus). Wer mag, kann auch auf einem Motorbike die Tour machen. Je nach Geldbeutel ist einiges möglich!

TIPP: Vor allem im Winter (Mai bis Oktober) kann es nachts extrem kalt werden, dann reichen die Decken in der Unterkünften eventuell nicht und ihr braucht einen Schlafsack.

Touranbieter in Tupiza: Torretours

In Uyuni hat uns Tomys Neffe Red Planet empfohlen

Übernachten und Essen: Sowohl Uyuni als auch Tupiza sind reine Uyuni-Tour Orte, ausgerichtet auf junges Backpackerpublikum: Einfache Unterkünfte und Pizza!

TIPP: Überlegt auch vorher, welche Fotos ihr machen wollt! Bei den Touranbietern und im Internet gibt es ja viele Anregungen. Und zieht alte Klamotten an, ihr liegt dabei im feuchten Salz! Auf den Schatten achten, wenn der stimmt, wirken die Fotos noch „echter“. Generell ist eine Kamera mit altmodischen Sucher besser, auf den Displays lässt sich die genaue Position der Personen kaum feststellen.

Uyuni-Potosi-Sucre

Es gibt keine direkte Busverbindung zwischen Uyuni und Sucre, man muss in Potosi umsteigen – entweder in ein Taxi oder zum anderen Busterminal in einen Bus. Es gibt genug Taxis, die von der Endhaltestelle Uyuni-Potosi in Potosi nach Sucre fahren, auch nachts. Am besten mit anderen Reisenden zusammentun, dann wird es preiswerter, kostet aber auch alleine nicht viel. Oder eine oder zwei Nächte in Potosi einlegen.

POTOSI

Gutes Kaffeehaus am Platz 6 de Agosto mit sagenhafter heißer Schokolade – also echte geschmolzene! Ich weiß leider nicht mehr, wie es heißt, ist aber das einzige dort.

Bestes Restaurant, das wir in Bolivien fanden: Phisqa Warmis, Calle Sucre 55

Übernachten: Hostel Casa Blanca, Calle Tarija 35

SUCRE

Hauptstadt und schönste Stadt Boliviens mit vielen Kirchen und Universitäten

Übernachten: Casa Verde, Calle Potosi 374, gutes Frühstück, überdachtes Pool

Essen und Trinken:

Para Ti, – Kaffeehaus und Schokoladehersteller, Arenales 7 und Calle Grau (Calle Audiencia 68, die Straße hat zwei Namen) Nähe des Platzes, auch in anderen Städten erhältlich chocolatesparati.net

Tentaciones, Arenales 31: gute eher mexikanische Küche, sehr gute alkoholfreie Cocktails

Joy Ride Cafe, gegenüber der Kathedrale, Calle Nicolas Ortiz: Sonntags mittags großes Salatbuffet – es ist sowieso das einzige, das sonntags offen hat. Fußballübertragungen auch aus D, Erdinger Weißbier für den, der es braucht ;-)

Sonntags ist fast alles zu!

Supermarkt: Calle Juan Jose Perez (Nicolas Ortiz), an der Kathedrale und Kirche Felipe Neri vorbei, sonntags geöffnet

Sehenswert

TIPP: Aussicht auf dem Dach der Kirche San Felipe Neri, Eingang durch das College Maria Auxiliadora, nur ab 15:00 nachmittags. Man kann bis in den Glockenturm.

TIPP: Museum Arte Indigena mit textiler Kunst, sehr informativ auch über das Leben der Indios; gute Broschüren in Deutsch, Englisch, Französisch und Holländisch; Calle Ituricha 314, www.asur.org.bo

TIPP: MUSEF: Ethnologisches Museum, tolle Masken; Calle Espana, www.musef.org.bo gute Website

Parque Cretaçico: die größte Ansammlung von Dinosaurierspuren weltweit, etwas unspektakulär in einem Zementwerk gelegen. Die Busse Sauromobil fahren täglich um 9:30 und 12 Uhr an der Plaza gegenüber der San Franciso ab – sie sind nicht zu übersehen. Führungen zu den Spuren täglich um 12:00 und 13:00.

Ausflug nach Tarabuco: Jeden Sonntag Markt, der sehenswert sein soll; 3. Sonntag im März Pujllay Fest, Touren können in Sucre gebucht werden

Busse nach Santa Cruz/Samaipata: Tickets rechtzeitig am Morgen oder Tag vorher bei einem Touranbieter im Zentrum kaufen. Dort sind sie zwar teurer als am Terminal, aber mit dem Taxi hin- und herfahren, kostet genausoviel. Erst kurz vorher kaufen klappt nicht: Die Busse sind unter Umständen mittags ausverkauft. Wer nach Samaipata will, sollte einen späten Bus (18:00) nehmen. Die Fahrzeit beträgt 10 Stunden, man ist also um vier Uhr morgens da. Keine Busse tagsüber nach Santa Cruz.

SAMAIPATA

Essen und Trinken:

Latina Cafe, Calle Bolivar 3: gutes, gehobenes Restaurant, schönes Ambiente

Tierra Libre, Calle Sucre 70: Heurigenatmosphäre: Garten, solide Küche

Art Cafe: Neben dem Landhaus, nur Fr, Sa, So, hausgemachte deutsch-bolivianische Kuchen

Nomada, Calle Bolivar, solides Mittagessen für 20 Bolivianos (2016)

Übernachten: Landhaus, hübscher Garten, kleine Häuschen, gutes Frühstück (extra)

Touranbieter:

Michael Blendinger, Calle Bolivar, Biologe, weiß viel über Vögel und manches über Pflanzen; deutsch, englisch, spanisch

Kaleidoscope Travel, Calle Campero 217, deutsch, englisch, spanisch, niederländisch

Sehenswert:

Die Baumfarne im Amoro Nationalpark, Vulkantour, Condortour und mehr.

Beste Reisezeit: Im Dezember, wenn die Falter schlüpfen und die Orchideen blühen

TIPP: Die Wege sind anspruchsvoll! Alte Schuhe und Kleidung anziehen, am besten lange Hosen und Ärmel, wegen dem Gestrüpp und Matsch.

El Fuerte und Wasserfälle Cuevas: Keine Tour notwendig (außer man will viel über El Fuerte wissen), Anfahrt mit dem Taxi, im Fahrpreis ist eine Wartezeit vor Ort von zwei Stunden und die Rückfahrt inbegriffen. Leichte Spazierwege

Cuevas lohnt für länger als zwei Stunden, mit dem Taxifahrer den Tarif aushandeln, Badezeug und Sonnenschutz nicht vergessen (Essen mitnehmen ist leider verboten, Wasser ist okay)

Fahrt nach Santa Cruz: Mit dem Taxi; keine Busse