



## TOTAL-BALANCE-TOUR

**20 Tage – vom 19.09.- 08.10 2016/ 3.980,00EUR p.P. im DZ**

**Exklusive Kleingruppe ab 4 bis maximal 12 Personen**

Eine spirituelle Reise von der Vergangenheit in die Gegenwart – authentisch, traditionell und mittendrin.

In Peru liegt der Ursprung einer weisen und transzendentalen Kultur. Ein Zeichen enormer magnetischer Energie ist das Herz von Pachamama. Auf den Spuren der alten indianischen Spiritualität erleben Sie Kraftplätze und heilige Tempelanlagen.

Die Energien, die Sie dort erleben werden können Sie nutzen, um Ihre Sinne zu sensibilisieren, Ihre Herzen zu öffnen und sich selbst zu erfahren. Mit großem Respekt werden Sie an die Magie, die Rituale, Musik, Tanz und Spiritualität herangeführt – das Wesen der andinen Kultur. Ein unvergessliches Reiseerlebnis, das Ihren Geist und Ihre Seele berühren wird.

**Wir sind gerne für Sie da und nehmen uns Zeit für eine ausführliche Beratung.**

**Telefon: +49 (0)6301/794 652**

**Mehr Informationen über den Reiseverlauf erhalten Sie gerne auf Anfrage unter:**

[service@inkareisen.de](mailto:service@inkareisen.de)

### **Highlights des Reiseprogramms:**

Kraftplätze der Inka mit den 4 Elementen Wasser, Luft, Feuer und Erde  
Schwitzhütte in atemberaubender Natur am Fuße der Apu-Berge, Kräuterbäder mit  
Medizinpflanzen (nach Wunsch), indianische Massage.

### **Natur pur:**

das Heilige Tal der Inka, Titicacasee, Colca Canyon, Chincheros, Cordillera Real

### **Ausgewählte Unterkünfte:**

Übernachtungen im kleinen Flairhotel Pisac Inn, direkt am Plaza. Sie werden mit herzlicher Gastfreundschaft empfangen und sich sofort wohlfühlen.

### **INKA REISEN Spezial:**

Besuch eines traditionellen Quechua-Dorfes, Übernachtung auf der Insel Taquile im Titicacasee, Begegnung mit „Amautas“ (alten Wissenden)

## **REISEVERLAUF TOTAL BALANCE TOUR**

### **1. TAG: FLUG NACH SÜDAMERIKA**

Abendflug mit LAN Airlines oder Iberia über Madrid nach Lima. (ab Madrid nonstop, Flugdauer ca. 12 Std.)

### **2. TAG: HERZ DER ANDEN**

Ankunft am frühen Morgen in Lima und Weiterflug in die Anden zur alten Hauptstadt Cuzco. Landschaftlich reizvolle Fahrt in das Heilige Tal der Inka. Das Tal in angenehmen 2.900m Höhe ist umgeben von den majestätischen -Bergen, Feldern mit Mais- und Quinoa-Anbau und dem atemberaubenden Fluss, der durch das fruchtbare Herz des Tales fließt.

Nach dem Mittagessen im Hotel Pisac Inn ist Zeit zum Ruhen oder Spazieren gehen – zum Akklimatisieren. Das Programm ist so aufgebaut, dass die Wege per Fuß oder Privatbus nur ganz allmählich ansteigen und Sie sich so gut an die Höhe gewöhnen können.

/-/M/A/

### **3. TAG: OLLANTAYTAMBO – IM HEILIGEN TAL**

Zunächst geht es mit dem Privatbus zum Dörfchen Ollantaytambo, an der Bahnlinie Cuzco – Macchu Picchu. Dort liegen die gigantischen Ruinen eines Tempels, dessen Lage ihn mit den Felsmassiven der Umgebung verbindet: ein Ort der Kraft, des Inka-Throns und des Sonnensteins.

Einführung in das indianische Weltbild der Quechua-Indianer mit anschließender Themenmeditation an diesem Ort der Kraft. Wir erkunden auch die schmalen Gassen und Bewässerungskanäle des charmanten Dorfes. Picknick en route an einem schönen Platz. Am späten Nachmittag Rückfahrt durch das Tal nach Pisac.

/F/LB/A/

### **4. TAG: INKAHAUPTSTADT CUZCO**

In Cuzco erleben Sie einen Tag voller kultureller und spiritueller Highlights: Sacsayhuaman, Kenko, und Tambomachay. Zur Einstimmung beginnen wir mit , dem Wassertempel und dem Inkabad. Danach besuchen wir den Mondtempel, der mit seiner magischen Schönheit ein ganz besonderer

Ort der Energie ist. Nach dem Mittagessen in einem ortstypischen Restaurant haben Sie Zeit die Plazas und die Plazoletas zu besuchen, oder durch die Straße Hatun Rumiyoc zu streifen. Spät nachmittags widmen wir uns einem weiteren Highlight des Tages: den aufrecht stehenden Megalithen von Sacsayhuaman. Wenn die Sonne die Apuberge Cuzcos in goldenes Licht taucht, zeigt sich uns die berühmteste Inka-Anlage, hoch über Cuzco majestätisch! Sie werden beeindruckt sein von der andinen Astronomie und der sakralen Geometrie – der Essenz andiner Kultur.

/F/-/A/

#### **5. TAG: EIN TAG IN DER NATUR**

Wir verbringen den Tag in der wunderschönen Natur an einem speziellen Ort im Heiligen Tal. Beginnen werden wir morgens mit einem Schwitzhüttenritual am Fuße der Berge. Relaxen Sie den Rest des Tages wie es Ihnen beliebt! Lassen Sie Ihre Seele baumeln oder genießen Sie einfach ein Sonnenbad. Wer möchte, lässt sich von einer indianischen Massage verwöhnen. Feines Picknick!

/F/M/A/

#### **6. TAG: MORAY UND MARAS**

Dieser Tag zeigt Besonderes: Der Ursprung der Kartoffel und 3 natürliche Krater, die den Inka als Forschungsstationen dienten. In tiefen Erdeinschnitten sind Mulden, und darin Terrassen so angelegt, dass sie kreisrund sind, sich nach unten verengen und ganz bestimmte klimatische und ökologische Bedingungen simulieren können.

Dieser Platz lädt ein, sich mit dem Element Erde -Pachamama zu verbinden.

Die Salztterrassen von Maras: Nachmittags wandern wir zu den ausgedehnten und malerischen Salinen von Maras, die aus einer Bergquelle gespeist werden und noch heute vielen Peruanern ihr Salz geben. Auf der Rückfahrt können wir bei unserem Freund Pablo Seminario Halt machen. Er wird uns gerne seine Handwerkskunst zeigen. Picknick en route.

/F/LB/A/

#### **7. TAG: SONNENTEMPEL INTI HUATANA**

Heute geht es zur spektakulären Tempelanlage von Pisac. Nach dem Aufstieg – ganz dicht an den Himmel, hoch über dem Tal – erwartet uns der Sonnentempel mit seiner mystischen Schönheit. Die zentrale Tempelanlage und der Zeremonialplatz sind über die Grenzen hinaus als feinste Steinarbeit bekannt, vergleichbar mit Machu Picchu. Inti Huatana – Sonnentempel ist ein immer noch lebendiger Ort alter Riten und Traditionen. Picknick Lunch mit atemberaubendem Panoramablick inklusive – die Terrassenpflanzungen sind hier besonders schön!

/F/LB/A/

#### **8. TAG: LEBENDIGE TRADITIONEN – BESUCH IN EINEM ANDENDORF**

Landschaftlich reizvolle Fahrt in die majestätischen Hochanden. Wir passieren Felder mit Kartoffeln, Awa Bohnen und Mais und wandern zur traditionellen Hochlandgemeinschaft auf fast 4000m Höhe, einer gesunden, mit Mutter Erde verwurzelten Dorfgemeinschaft der Quechua, die bis heute die authentische Lebensweise der Anden pflegt. Entdecken Sie die bezaubernde Einfachheit dieser Menschen. Wir nehmen Teil an ihrer Kollektivarbeit, werden zum Mittagessen eingeladen und erfahren Erstaunliches über ihre traditionelle Lebensart. Das Moderne und das

Ursprüngliche begegnen sich, kommunizieren miteinander ganz schlicht. Eine berührende Erfahrung.

Erleben Sie außerdem Spinn- und Webvorführungen aus Meisterhänden. Hier ist die beste Gelegenheit, die herrlichen Webprodukte direkt von den Webern zu erwerben. Abends: festliche Präsentation des andinen Jahreskalenders der Musikgruppe Winay Taki Ayllu. Es darf getanzt werden!

/F/M/A/

#### **9. TAG: LARES TREK: HUARAN – HUACA WASI**

Nach einem zeitigen Frühstück geht es am Morgen mit dem Bus durch das heilige Tal nach Huaran. In der wärmenden Morgensonne nehmen wir ein Bad in den heißen Quellen von Lares, bevor wir zu unserer ersten Wanderung von ca. 4 Stunden aufbrechen. Gegen Abend treffen wir in Wasi (3.600m) ein, wo das Nachtlager aufgeschlagen wird.

/F/M/A/

#### **ALTERNATIVPROGRAMM: CUZCO – NABEL DER WELT:**

Als ehemalige Hauptstadt des Inkareiches war Cuzco der „Nabel der Welt“. In keiner anderen peruanischen Stadt kann man die Mischung von indianischem und kolonialem Baustil so deutlich betrachten wie hier. Der ehemalige Sonnentempel Koricancha zeugt von der beeindruckenden Bautechnik der Inka. Riesige, präzise gehauene Steine halten ohne Mörtel zusammen. Die meisten Inkabauten wurden durch die Spanier zerstört, nur die Fundamente wurden erhalten, um darauf Paläste, Klöster und Kirchen zu bauen. Auf den Fundamenten vom Koricancha bauten die Spanier das Dominikaner-Kloster „Santo Domingo“. Die wertvollen Gemälde darin sind typische Beispiele der berühmten „Malschule von Cuzco“, mit eigenem Kunststil, bei dem katholisch motivierte Bilder mit indianischen Motiven verflochten wurden. Cuzcos Künstler erleben wir im Viertel von San Blas. Der Rest des Tages gehört Ihnen.

/F/-/-/

#### **10. TAG: LARES TREK: HUACA WASI – EPSAYCOCHA**

Von Wasi geht es stetig bergauf bis zu einer Höhe (4.400m), von wo aus wir einen grandiosen Ausblick genießen werden. Die Wanderung beträgt ca. 7 Stunden. Immer wieder kommen wir an kleinen Bauerndörfern vorbei, in denen die Menschen mit einer besonderen Ruhe ihrer harten Arbeit nachgehen. Der Weg zum Pass führt uns zur Dorfgemeinschaft, wo unser Lager aufgeschlagen wird (3.900m Höhe).

/F/M/A/

#### **ALTERNATIVPROGRAMM:**

Sie fahren über Chincheros mit seiner spektakulären Landschaft, Lagunen und Blick auf die Gletscherberge in das Heilige Tal nach Urubamba. Genießen Sie einen freien Tag in der schönen Lodge Sol y Luna, inmitten wunderbarer Natur gelegen.

/F/-/-/

#### **11. TAG: LARES TREK: EPSAYCOCHA – OLLANTAYTAMBO – AGUAS CALIENTES**

Mit einem wunderschönen Ausblick in das Heilige Tal geht es heute ca. 5 Stunden gemütlich

bergab. Wir passieren Bergdörfer mit Bauern und das Dorf, in dem die Einwohner in rote Ponchos gekleidet sind. Nach einer kurzen Rast fürs Mittagessen geht es weiter nach Ollantaytambo. Am Nachmittag treffen wir auf die anderen Teilnehmer und fahren gemeinsam mit dem Zug in ca. 2 Stunden nach Aguas Calientes.

/F/M/-/

#### **ALTERNATIVPROGRAMM:**

Lassen Sie es etwas gemächlicher angehen mit einem ausgiebigen Frühstück mit viel Zeit und unternehmen Sie einen Spaziergang in die nahe Umgebung. Mittags treffen Sie auf die Lares Gruppe und fahren gemeinsam mit dem Zug in ca. 2 Stunden nach Aguas Calientes. Wer möchte, kann in der subtropischen Natur ein Bad in den heißen Quellen nehmen und den Abend mit einem tollen Essen im besten Restaurant des Ortes ausklingen lassen.

/F/-/-/

#### **12. TAG: MACHU PICCHU**

Früh, bei Sonnenaufgang fahren wir mit dem ersten Bus hoch nach Machu Picchu. Sie sind Teil des morgendlichen Zaubers: Frühnebel und Sonne setzen Machu Picchu auf magische Weise eindrucksvoll in Szene. Sie haben den ganzen Tag Zeit die mystische und geheimnisvolle heilige Stadt Machu Picchu zu erkunden und ihre besondere Energie in sich aufzunehmen. Genuss pur: verweilen Sie an Ihrem Lieblingsplatz in Stille.

Wer möchte, kann auch den Wayna Picchu besteigen, um die grandiose Sicht auf Machu Picchu und das Tal zu bewundern (optional). Am späten Nachmittag bringt uns der Zug zurück nach Ollantaytambo.

/F/-/-/

#### **13. TAG: DIE WEITE DES ALTIPLANO**

Mit dem Privatbus geht es über die N3 durch das Anden-Hochplateau Richtung Puno am Titicacasee, vorbei an 5.000ern und einigen Gletschern. Die Fahrt führt zu den Aguas Calientes des Altiplano, heißen Schwefelquellen, die „erfahrbar“ werden in einer kleinen Badestation. Wer will, kann in die Quellen eintauchen. Über den 4.338m hohen La Raya Pass erreichen wir anschließend das Hochtal, das bis nach Puno am Titicacasee führt.

/F/-/-/

#### **14. TAG: AUF DEM ANDENMEER**

Das Blau des Himmels wetteifert mit dem Blau des Titicacasees. Hier liegt eine geheimnisvolle Atmosphäre in der Luft und verleiht allen Dingen eine besondere Ausstrahlung. Zuerst besuchen wir die schwimmenden Schilfinseln und deren Bewohner, die Urus. Anschließend fahren wir weiter zur Insel der strickenden Männer, Taquile, UNESCO Weltkulturerbe. Die Taquilenos haben sich einst den spanischen Eroberern widersetzt und für ein autonomes Leben gekämpft, auf das sie heute sehr stolz sind. Sie leben nun hauptsächlich vom Ackerbau. Neben der Comunidad im Heiligen Tal ist dies ein weiterer Einblick in eine der ursprünglichsten Lebensweisen, die diese naturverbundenen Menschen leben können. Wir werden von unserem Freund Elias und seiner Familie am Ufer erwartet und wandern gemeinsam zum Gästehaus. Spät Nachmittags steigen wir noch etwas höher zum Gipfel der Insel, sehen den fantastischen Sonnenuntergang und

verabschieden die Sonne.

/F/M/A/

### **15. TAG: DIE STRICKENDEN MÄNNER**

Morgens wandern wir quer durch die Felder und Anbauterrassen und genießen die Ruhe und Tiefe der Landschaft, wo immer wieder strickende Männer unsere Wege kreuzen. Zur Mittagszeit treffen wir uns am Hauptplatz, wo die Taquilenos ihre wunderbaren Webprodukte in der Markthalle ausstellen.

Nach einem leckeren Mittagessen geht es am Nachmittag mit dem Boot zurück nach Puno.

/F/M/-/

### **16. TAG: VOM TITICACASEE IN DEN COLCA CANYON**

Es kommt ein geographischer Höhepunkt: Sillustani und die Chullpas -riesige Grabmäler der Vorfahren der Inkas auf einer Landzunge zwischen zwei Seen.

Daneben eine besondere Stelle, eine Insel und der Umayo See, der Fluß der Gedanken, ein magischer und kraftvoller Ort der Stille.

Weiter geht die Fahrt durch grandiose, unterschiedliche Landschaften wie Steinwälder und einsame Seen und mit etwas Glück sehen wir Vicunjas. Am Abend treffen wir in Chivay ein.

Abhängig von der Ankunftszeit besteht die Möglichkeit, ein Bad unter sternklarem Himmel in den heißen Thermalquellen des Hotels zu nehmen

/F/-/-/

### **17. TAG: CRUZ DEL CONDOR**

Nach einem sehr zeitigen Frühstück fahren wir tiefer in den Canyon hinein – zum Cruz del Condor (Kreuz des Kondors), wo uns ein außergewöhnliches Naturerlebnis erwartet. Die majestätischen Vögel erwärmen ihre Flügel in der Morgensonne und gleiten langsam höher. Dicht an unseren Köpfen schweben sie vorbei, bis sie ganz oben sind. Wir sehen entlang des Canyons verschiedene Zeugen der alten Prä-Inkazeit wie die Anbauterrassen, Bewässerungssysteme und typische Siedlungen. Entlang der Feuerkette mit Blick auf den Vulkan Misti, das Wahrzeichen der weißen Stadt, kommen wir in Arequipa an.

In Arequipa ist der spanische Einfluss auf die Architektur besonders stark zu spüren, worauf die Arequipeños sehr stolz sind. Wunderschöne Bauten dieser Zeit, wie die Kathedrale und die Jesuitenkirche La Compañía, legen darüber Zeugnis ab. Das bedeutendste Beispiel der kolonialen Architektur des 16. Jahrhunderts ist das Kloster Santa Catalina. Mit engen Gassen und verschiedenen Innenhöfen ist das Kloster wie eine Stadt in der Stadt, im Stil Andalusiens. Die Führung durch das Kloster gestattet einen Einblick in das strenge religiöse Leben dieser Zeit – sehr spannend!

Genießen Sie am Abend einen Pisco Sour unter den Arkaden des schönen Hauptplatzes.

/F/-/-/

### **18. TAG: AREQUIPA – DIE WEISSE STADT**

Entdecken Sie Arequipa nach Ihrem Gusto! Schlendern sie durch die schönen Gassen, nehmen Sie sich Zeit, um in den besten Alpaka Geschäften einzukaufen oder schauen Sie dem bunten Treiben

auf der Plaza de Armas zu.

/F/-/-/

### **19. TAG: ABSCHIED VON PERU**

Nehmen Sie sich Zeit für ein ausgiebiges Frühstück bevor Ihr Chauffeur Sie zum Flughafen bringt. Flug nach Lima und Weiterflug nach Deutschland mit Umsteigen in Madrid.

/F/-/-/

### **20. TAG: ANKUNFT IN DEUTSCHLAND**

#### **UNSERE LEISTUNGEN**

Linienflüge in der Economy Class mit LAN oder Iberia ab verschiedenen deutschen Flughäfen, sowie Wien und Zürich.

Inlandsflüge in der Economy Class mit LAN Peru

Flughafen und Sicherheitsgebühren

Bahnreise zum/vom Abflugort von jedem deutschen Bahnhof

14 bzw. 16 Übernachtungen (Alternativprogramm) in gepflegten Hotels und Lodges inklusive Frühstück

2 Zeltübernachtungen und 1 Übernachtung in einfachem Gästehaus auf der Insel Taquile

Mahlzeiten: 5 bzw. 8 x Mittagessen (M), 3 x Picknick (LB), 10 bzw. 8 x Abendessen (A)

Transfers und Exkursionen in landestypischen Fahrzeugen

Lares Trek inkl. Ausrüstung

Zugfahrt nach Machu Pichu und zurück

Bootsfahrt Titicacasee laut Programm

Deutschsprachige Reiseleitung von Inkareisen

Eintrittsgelder und Nationalparkgebühren

Schwitzhütte und Massage

Sicherungsschein

#### **HOTELS**

Hotel PISAC INN \*\*\*/Heiliges Tal / 8 Nächte

Hotel CASA ANDINA CUSCO PLAZA \*\*\*\*+/Cusco / 1 Nacht

Hotel POSADA SONESTA YUCAY

Hotel SONESTA POSADA YUCAY\*\*\*\*+/Heiliges Tal / 1 Nacht

Boutique Hotel LA CABANA \*\*\*/Aguas Calientes / 1 Nacht

Hotel ROYAL INN \*\*\*\*/Titicacasee / 2 Nächte

Gästehaus Insel TAQUILE/Titicacasee / 1 Nacht

Hotel COLCA LODGE\*\*\*/Colca Canyon / 1 Nacht

Hotel CASA AREQUIPA\*\*\*/Arequipa / 2 Nächte

Mein Herz geht auf Reisen ...



INKAREISEN - Barbara Hemmer de Vizcarra -- Am Weißdorn 17b -- D-67697 Otterberg -- Tel.: +49 (0)6301 794 652

### **INDIVIDUALREISE**

Diese Reise können Sie auch als Privatreise zu Ihrem Wunschtermin mit Ihrem privaten Reiseleiter und mit allen aufgeführten Leistungen der Gruppenreise buchen.

Rufen Sie uns an, wenn Sie mehr wissen möchten! **+49 (0)6301 794 652**