

## Kultur-Reise „Seele von Ägypten“ 26. Februar – 12. März 2023 Reiseleitung Maya Gabriel



Der Titel drückt aus, was diese einzigartige Reise durch Ägypten bedeutet. Wir wollen die uralten Kultstätten besuchen und ergründen. Wir logieren im Gästehaus von SEKEM, einem grossartigen, ganzheitlichen Projekt, das mit der Vision für nachhaltige menschliche Entwicklung gegründet wurde. In Luxor wohnen wir im kleinen familiengeführten Hotel am linken Ufer des Nils und erkunden die unglaublich beeindruckenden Zeugen der Zeit dieser Region.

Es war schon lange ein Traum von mir auf einer Dahabeya ein Stück auf dem Nil zu segeln, um auf dem Wasser und in der Ruhe die vielen Erlebnisse, die Natur und das Leben Revue passieren zu lassen. Von Esna bis Assuan verbringen wir sechs Tage auf einem der längsten Flüsse der Welt, der seit jeher die Lebensader von Ägypten war. Je nach den Bedürfnissen der Gruppe werden wir Rituale machen, meditieren und austauschen, vielleicht unter dem Motto, gegen den Strom glücklich im Fluss des Lebens sein.

### Reiseprogramm

#### **26. Februar, Sonntag: Genf – Kairo (A)**

Flug von Genf nach Kairo und Transfer vom Flughafen zum SEKEM Projekt, das ca. 60 Km nordöstlich der ägyptischen Hauptstadt liegt. 1977 gründete Dr. Ibrahim Abouleish mit seiner Frau die SEKEM Initiative auf einem unberührten Teil der ägyptischen Wüste. Mit bio-dynamischen landwirtschaftlichen Methoden revitalisierte er das Wüstenland. Im Laufe der Jahre ist SEKEM zum Dach einer facettenreichen agroindustriellen Unternehmensgruppe und verschiedener NGOs geworden. Heute gilt SEKEM als eines der weltweit führenden Sozialunternehmen. Vier Übernachtungen im Gästehaus. Je nach Ankunftszeit erhalten wir noch einen Abendimbiss.

#### **27. Februar, Montag: SEKEM (FS, M, A)**

Ein Eingewöhnungsvormittag im SEKEM, einschließlich einer Führung über die 70 ha große Fläche von vielfältiger biologisch-dynamischer Landwirtschaft. Wir erholen uns inmitten des von Menschen geschaffenen und täglich durch eine kunstvolle Bewässerung erhaltenen Paradieses mit mehr als 1.000 Dattelpalmen, Kasuarinen, Orangen- und Neembäumen, die Schatten geben und den Wind hörbar machen. Alle Mahlzeiten im Gästehaus.

#### **28. Februar, Dienstag: Ausflug Pyramiden von Gizeh und Sphinx, Stufenpyramide von Sakkara (FS, A)**

Heute besuchen wir das ganze Gizeh Plateau mit den einzigartigen Zeugnissen aus uralten Zeiten. Wir erfühlen und erkunden die drei Pyramiden Cheops, Mykerinos und Chephren und entdecken viel Erstaunliches. Es gibt heute neue Theorien, Beweise und Belege und die ganze Region wird mit einer Mauer geschützt, wohl da sie so kostbar und noch voller Geheimnisse ist. Der Sphinx wird auch immer noch den Pharaonen als Bauherren zugeschrieben. Mit immer besseren technischen Möglichkeiten haben Geologie Professoren jedoch die Erosionen dieser riesigen

Statue genau untersucht. Das Ergebnis zeigt, dass es den Sphinx bereits zur Zeit der heftigen Regenfälle gab und diese erlebte Ägypten rund 10'000 Jahre v. Chr. Diese Bauwerke werden mit dem Kontinent Atlantis, welches vor ca. 10'000 v. Chr. untergegangen ist, in Verbindung gebracht.

Wir hoffen es gelingt uns, das Innere der Cheops Pyramide ganz in Ruhe zu besuchen.  
Mehrkosten ca. EUR 25.

Mittagessen in einem schattigen Gartenrestaurant (nicht im Reisepreis eingeschlossen). Das Essen ist wesentlich preiswerter als in Europa. Wir rechnen mit Kosten von ca. 130 EUR für die zusätzlichen Mahlzeiten auf der Reise.

Anschließend Besuch der zentralen Kultstätten des Alten Reiches, der Stufenpyramide von Sakkara und der in der Nähe befindlichen Mastabas mit teilweise sehr gut erhaltenen Wandmalereien. Ein Deutsch sprechender Führer begleitet uns während den Ausflügen in Kairo und Luxor.

### **1. März, Mittwoch: Kairo (FS, A)**

Ein entspannter Ausflugstag in Kairo. Geführte Tour durch das weltberühmte Ägyptische Museum, in dem sich eine umfangreiche Sammlung antiker ägyptischer Antiquitäten und einige der weltweit einzigartigsten Schätze befinden, wie z.B. die goldenen Masken von Tutanchamun. Wir hoffen, das neue Museum wird bis zu unserem Besuch geöffnet sein. Mittagessen in einem netten Restaurant. Anschliessend haben wir die Möglichkeit, durch den berühmtesten Basar Kairos «Khan-el-Khalili» zu bummeln, mit all den vielfältigen und farbenfrohen Angeboten. Das Feilschen und Verhandeln können wir hier üben. Das Abendessen erwartet uns auf der SEKEM Farm.

### **2. März, Donnerstag: Kairo SEKEM - Luxor (FS; M, A)**

Besichtigung einiger Betriebe in SEKEM, wir sehen u.a. das Trockenkräuterlager, den Konfektionsbetrieb, Kindergarten und Schule. Teilnahme an der Schulfeste mit Darbietungen der Kinder u.a. in arabischer Sprache und Musik. Mittagessen. Heute müssen wir Abschied nehmen von den neuen Freunden. Wir fahren zum Flughafen nach Kairo und fliegen nach Luxor. Wir planen am Abend dort einzutreffen. Transfer zum Hotel Gezira Garden auf der Westbank von Luxor. Das Tal der Könige und der Tempel der Hatschepsut sind nur 15 Autominuten entfernt. Auf der Dachterrasse Wird uns das Abendessen serviert.

Luxor war früher bekannt als die alte ägyptische Stadt Theben und es war die Hauptstadt der Pharaonen auf dem Höhepunkt ihrer Macht, während des 16. - 11. Jahrhunderts v.Chr. In Luxor befinden sich einige der weltweit größten erhaltenen alten Denkmäler, zum Beispiel der das moderne Luxor überragende, anmutige Luxor-Tempel, sowie der weitläufige Karnak-Tempel. Direkt gegenüber, am anderen Ufer des Nil, sind die Denkmäler, Tempel und Gräber der West Bank Nekropolis, die das Tal der Könige und das Tal der Königinnen umfasst.

### **3. März- 5. März: Luxor mit Luxor Tempel und Karnak (FS, A)**

Nach dem Frühstück gemeinsame Besprechung und Planung der Aktivitäten in Luxor. Wir besuchen während unseres Aufenthalts die gewaltigen und in mehreren Stufen erbauten Tempelanlage von Luxor. Sie wurde seit der Zeit des Neuen Reichs ausgebaut und der Götter Trinität aus Gott Amun, seiner Gemahlin Mut und ihrem Son Chons (Mondgott) geweiht. Ebenso beeindruckend ist der riesige Tempelkomplex von Karnak. Wir kommen uns klein vor mit den vielen Säulen, riesigen Statuen und heiligen Plätzen.

Ein weiterer Höhepunkt ist das Tal der Könige und eventuell auch der Königinnen. Hier befinden wir uns im Reich der Toten mit vielen Pharaonengräbern. Wir besuchen auch die Überreste des Jubiläumtempels von Amenophis III, die Grabkammer des Tutenchamun, Sohn des als Echnaton bekannten Amenophis IV und der Nofretete, das Ramesseum Ramses II und den Tempel der Hatschepsut.

wir machen einen Fußmarsch durch das reizvolle Fruchtländchen des Niltals zum Tempel Medinet Habu Ramses' III und weiteren Sehenswürdigkeiten und auf Wunsch auch zum Basar von Luxor.

**Ausflug fakultativ:** Frühmorgens werden wir abgeholt und wir geniessen den Sonnenaufgang in einem Heissluftballon, bewundern die grossartigen Stätten von oben. Die Kosten von aktuell EUR 75 müssten vor Ort in bar bezahlen.

### **6. März, Montag: Luxor – Esna – Dahabaya (alle Mahlzeiten)**

Nach dem Frühstück Transfer nach Esna, 30 km südlich von Luxor. Wir gehen an Bord der Dahabaya und werden in den nächsten 6 Tagen 200km Nil aufwärts nach Assuan segeln.

Die Dahabaya segelt und landet, wo die grossen Schiffe es nicht dürfen, an einer einsamen Nilinsel, an einem interessanten Uferstreifen. Die Segelboote bieten 6 Doppelkabinen und zwei grosse Kabinen im Heck. Alle Kabinen haben ein separates Bad mit Waschbecken, Dusche und WC sowie ein Schlafzimmer mit zwei Einzelbetten. Damit alle Platz haben, müssen auf dem Schiff die Kabinen geteilt werden. Mittschiffs ist ein geräumiger Salon, mit bequemen Diwanen rundherum. Auf dem grossen Oberdeck lässt sich der Sonnenschutz beliebig ziehen, Sonnen- und Windverhältnisse können individuell berücksichtigt werden. Von den vielen Sitzgelegenheiten aus geniessen wir die gemächliche Fahrt.

Auf dem Schiff werden wir vom Koch, der mitfährt, verwöhnt, Vollpension ist eingeschlossen auch Zitronensaft, Tee und Kaffee.

Sechs Tage geniessen wir die Ruhe und Beschaulichkeit dieser Nilschiffahrt. Wir sind „im Fluss“, tanken Energie, lassen uns von der Landschaft und dem Wasser verzaubern, freuen uns einfach mit Gleichgesinnten unterwegs zu sein.

### **11. März, Samstag: Assuan – Philae - Cairo (FS)**

Nach dem Frühstück verlassen wir in Assuan die Dahabaya. Geplant ist ein Ausflug zur Tempelinsel Philae, einem wichtigen Heiligtum der Göttin Isis. Der UNESCO ist es zu verdanken, dass dieser Tempel nicht vollständig in den Fluten des Nassersees verschwunden ist. Wir besuchen den gut erhaltenen, wunderschönen Isis Tempel. Anschliessend machen wir einen Rundgang auf dem lokalen Markt. Assuan ist mit dem Nubischen Einfluss eine fröhliche, kreative Stadt. Am frühen Nachmittag Transfer zum Aswan Flughafen und Flug nach Cairo. Mit einem Shuttle Bus fahren wir zum Novotel, wo wir übernachten werden.

### **12. März, Sonntag: Cairo – Genf (FS)**

Frühstück im Hotel. Shuttle Bus Transfer zum Cairo International Airport und Heimflug nach Genf mit Ankunft um 13.05 Uhr.

**Teilnehmerzahl: min. 6 / max. 14 Personen**

**Preis Landarrangement** 12-14 Personen EUR 2'240

**Mehrpreis** bei 9-11 Personen EUR 150

**Mehrpreis** bei 6-8 Personen EUR 400

**Mehrpreis** für Einzelzimmer EUR 135

#### **Eingeschlossene Leistungen:**

- Unterkunft im Doppelzimmer mit Bad oder Dusche/WC und in Doppelkabine auf dem Segelschiff. Hier müssen wir die Kabine teilen.
- Halbpension in Kairo und Luxor, Vollpension auf dem Schiff
- Alle Transporte, Transfers mit Bus oder Schiff gemäss Programm
- Alle Ausflüge, Eintritte und Aktivitäten gemäss Programm
- Lokale Führer, beim Besuch von kulturellen Sehenswürdigkeiten und im SEKEM
- Reiseleitung Maya Gabriel

**Nicht eingeschlossen:**

- Flüge mit Egypt Air: Genf – Kairo – Luxor, Assuan – Kairo – Genf, Kosten ca. CHF 700
- Mahlzeiten (ca. EUR 130)
- Trinkgelder (EUR 12 pro Tag)
- Fakultative Ausflüge.
- Visum Ägypten muss am Flughafen in bar bezahlt werden (ca. USD 25)
- Obligatorische Annullations- und SOS-Versicherung

Preis- und Programmänderungen vorbehalten, Stand 8/2022, organisiert von SEKEM Reisen.

