

# INFORMATIONEN ZUR REISEVORBEREITUNG

## FAHRRADTOUR RUANDA

### Visum

Deutsche Staatsbürger bekommen bei Ihrer Ankunft am internationalen Flughafen in Kigali ein einmaliges Einreisevisum ausgestellt, welches eine Gültigkeit von 30 Tagen hat und \$30 USD kostet, die in bar zu entrichten sind. Der Reisepass muss über das Rückreisedatum hinaus noch 6 Monate gültig sein.

### Hinflug

Treffpunkt ist der Check In Schalter für den Abflug nach Kigali, mind. 2 Stunden vor Abflug.

Am Flughafen geben wir die Räder als Reisegepäck auf und nehmen evtl. eine Satteltasche als Handgepäck.

Die meisten Fluggesellschaften verlangen, dass das Rad verpackt ist, z.B. in einem Fahrradkarton. Für den Karton rechtzeitig bei einem Fahrradhändler anfragen. Es ist auch möglich, sein Rad mit einer stabilen Abdeckplane zu verpacken. Auch einen Schutzbügel für die Schaltung sollten Sie anbringen. Bewegliche Teile (Tacho, Luftpumpe...) am Rad gut festkleben. Name, Anschrift und Flugdaten auch am Rad selbst anbringen. In allen Fällen ist es notwendig, den Lenker quer zu stellen und die Pedalen abzuschrauben.

Die Fahrradverpackung wird in Kigali im Hotel deponiert (ggf. auch Winterkleidung) und steht für den Rückflug wieder zur Verfügung.

### Anforderungen an Rad und Fahrer/in

Die Radtour ist anspruchsvoll. Es geht beständig bergauf und bergab. Allerdings fahren wir überwiegend auf gut asphaltierten Straßen. (...)

### Klima

Wir fahren meist zwischen 1.400 und 2.200 m Höhe, da ist es mittags nicht so warm dass man unbedingt eine größere Pause machen müsste. Regen kann vorkommen. Nach Sonnenuntergang wird es kühl.

### Übernachtung

Teamgeist und ein gewisser Komfortverzicht sollten mitgebracht werden. Eine Radtour durch das Land ist was anderes als ein Cluburlaub. Wir übernachten in festen Unterkünften. Grundsätzlich gilt: keine all zu großen Ansprüche stellen. Gastfreundschaft in Afrika orientiert sich mehr an Begegnung/Freundschaft als an den deutschen Maßstäben von Sauberkeit, Pünktlichkeit oder perfektem Funktionieren.

### Was ist mitzunehmen?

(einige Tipps; jede(r) muss sich selbst überlegen, was für ihn/sie sinnvoll ist)

Feste Schuhe oder Turnschuhe, 1 x Sandalen oder Badelatschen (die gibt's auch vor Ort).

1 Pullover und Fleece Jacke für kühle Abende, 1 Hemd mit langen Ärmeln, Strümpfe, T-Shirts, Regenjacke, Frauen auch ein großes Tuch für den Gang zur Dusche. Nicht zu viele Kleidung, Sie können gelegentlich ihr T-Shirt auswaschen. Leichter Schlafsack.

Unbedingt notwendig ist eine Mütze oder anderer Kopfschutz. Ein Fahrradhelm ist sinnvoll. Wer zu Hause einen trägt, sollte das auch hier machen. Bei Schlaglöchern oder schlechter Piste sind Sturzgefahr und Verletzungsgefahr höher als in Deutschland.

Fürs Fahrrad: Ersatzschlauch, Luftpumpe + Adapter für Autoventile, etw. Flickzeug, die wichtigsten Schraubenschlüssel.

Was fürs persönliche Wohlbefinden, z.B. Teebeutel (gibt's auch im Land aber schlechte Qualität), Gummibärchen, Trockenfrüchte, eine Notration Müsliriegel, ein gutes Buch, Thermokanne und Tauchsieder.

Bitte verschenken Sie keine Kugelschreiber, Geld, Bonbons ... an bettelnde Kinder! Bitte geben Sie keine Geschenke an Personen, die Sie nicht kennen und zu denen Sie keinen Bezug haben. Wer bei einem Pausenstopp ein T-Shirt herausholt und irgend einem der herumstehenden Kinder in die Hand drückt, sorgt nur dafür, dass die nächsten weißen Besucher mit "give me my T-Shirt", "where is my money?" oder "give me your bicycle!" empfangen werden.

## Verpflegung

Zum Frühstück gibt es oft Chapati und Omelette. Mittags und abends wird in Restaurants häufig ein Buffet aufgebaut. Insgesamt ist das landestypische Essen etwas weniger gewürzt als z.B. in Westafrika, und es gibt nicht immer viel Gemüse. Es ist gut möglich, sich vegetarisch zu ernähren.

## Geld, Geldwechsel

Möglichst nur Euro Bargeld mitnehmen, keine Reiseschecks. An den Geldautomaten der Banken kann mit einer VISA oder Mastercard Kreditkarte Geld gezogen werden.

## Private Kosten:

In kleineren Orten kann man noch für 2 Euro ein gutes Mittagessen bekommen; in touristischen Unterkünften ist es schon deutlich mehr. Sehr preisgünstig sind Chapati, einheimisches Obst und Gemüse auf dem Markt oder am Straßenrand. Bier ca. 1 Euro

Mitnehmen: etwa 100-150 Euro pro Woche für Essen, Getränke, Souvenirs, Ansichtskarten, Briefmarken.

## Gesundheit/ Medikamente/ Malariaphylaxe

Viele Ärzte empfehlen inzwischen, keine Malariaphylaxe zu machen, sondern ein Stand-by Medikament dabei zu haben und bei den ersten Anzeichen sofort zu nehmen.

Für die Einreise ist eine Gelbfieberschutzimpfung vorgeschrieben (die hält 10 Jahre). Und dann sollten Sie den Stand ihres Polio- und Tetanus Schutzes überprüfen.

## Fotografieren

(...)

## Telefonieren

(...)

## Gruppenreise als solche

(...)

## Fahrradfahren in Ruanda

(...)

## Verhaltenstipps für Ruanda

(...)

-----

Dies ist eine Kurzversion der ausführlichen Reiseinfos (6-8 Seiten), die alle angemeldeten Teilnehmer mit dem Infopaket zu Land und Strecke bekommen.