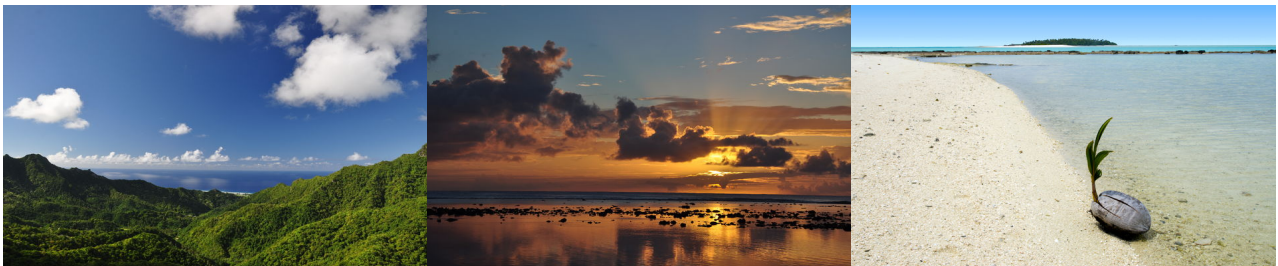


OZEANIEN: COOK-INSELN

INSELHÜPFEN IN DER SÜDSEE

- > Unzählige grüne Palmen...
- > ...ganz viel feiner Sand und Mee/hr!
- > Zu Musik und Tanz relaxen
- > Kultur und Natur entdecken
- > Die Erfüllung Ihres Südseetraums!

Tauchen Sie ein in eine völlige fremde Kultur. Die exotischen Polynesier lieben den Tanz. Lehnen Sie sich zu den rythmischen Klängen der einheimischen Instrumente zurück und genießen den Aufenthalt mitten im Südpazifik. Die von Korallenriffs umrandeten Inseln locken mit schönen Stränden, kristallklarem Lagunenwasser, grünen Kokospalmen und strahlendblauem Himmel. Ein Aufenthalt in diesem kleinen Paradies bietet sich als ideale Verlängerung nach einer Rundreise durch Neuseeland oder Australien an.



REISEDETAILS

Verlängern Sie Ihre Südsee Reise

1. Reisetag: Ankunft auf Rarotonga

Kia Orana! Bei Ihrer Ankunft auf Rarotonga werden Sie bereits erwartet und in Ihre Unterkunft für die nächsten Nächte gebracht. Je nach Ihrer Ankunftszeit können Sie bereits erste Erkundungen auf der schönen Hauptinsel der Cook-Inseln unternehmen. Oder aber Sie erholen sich am Pool oder Strand von der Anreise. Übernachtung auf Rarotonga.

2. - 4. Reisetag: Rarotonga

Diese Tage können Sie ganz nach Ihren Wünschen gestalten. Entweder verbringen Sie erholsame Stunden am traumhaften Meer und lassen einfach die Seele baumeln oder Sie werden aktiv bei einem optionalen Schnorchel- oder Tauchausflug. Empfehlenswert ist zudem ein kleiner Ausflug in die Siedlung Avarua im nördlichen Teil der Insel, wo Sie beispielsweise das kleine Museum mit seiner Sammlung an traditionellen handwerklichen Exponaten besuchen können. Wem das noch nicht genug ist, der kann sich optional bei einer Wanderung persönlich von der Schönheit der Insel überzeugen. Verschiedene Routen führen Sie durch die üppigen Tropen und bescheren Ihnen unvergessliche Ausblicke.

Für einen der drei Reisetage können Sie aus einem der drei folgenden Ausflüge wählen (bitte geben Sie uns bei Buchung Bescheid, welchen Ausflug Sie wünschen):

CAPTAIN TAMAS LAGOON CRUISE (ca. 11 bis 14.30 Uhr)

Begeben Sie sich mit Captain Tama an Bord eines Glass-Bottom-Boats auf das türkisfarbene Meer um Rarotonga. Sie gleiten durch die leuchtende Muri Lagoon, während unter Ihnen ein stilles Aquarium aus Korallen, tropischen Fischen und türkisfarbenem Licht vorbeizieht. Wer möchte, steigt direkt ins Wasser und schnorchelt mitten hinein in dieses farbenreiche Leben. Die Crew erzählt Geschichten, singt, spielt Musik – und bringt mit ihrer warmen, ungezwungenen Art genau jene Leichtigkeit auf das Wasser, die den Cook Islands so eigen ist. Später geht es hinaus auf eine kleine Motu, wo ein frisch zubereiteter BBQ-Mittagstisch wartet – direkt am Strand, mit Blick auf die Lagune. Zwischen Kokosnuss-Demonstrationen, humorvollen Einlagen und echtem Inselflair entsteht dieser besondere Moment, in dem Zeit plötzlich keine Rolle mehr spielt.

INSELTOUR RAROTONGA (ca. 10-13 Uhr)

Beginnen Sie Ihren Aufenthalt auf den Cookinseln mit einer geführten Kulturreise über das malerische Rarotonga – komfortabel unterwegs in einem modernen, klimatisierten Reisebus. In Begleitung unserer freundlichen und qualifizierten Reiseleiter tauchen Sie ein in die Geschichte, Traditionen und den Alltag der Cookinseln, erzählt mit persönlicher Nähe und spürbarer Leidenschaft für die Heimat. Ihre Route führt Sie entlang jener Wege, die bereits um 1100 n. Chr. von unseren Vorfahren genutzt wurden. Sie besuchen ein heiliges **Marae**, einst zeremonieller Versammlungsort der königlichen Familien, und entdecken bedeutende historische Stätten, die tief in der Geschichte der Insel verwurzelt sind. Unterwegs öffnen sich immer wieder neue Perspektiven auf das heutige Inselleben: Sie erfahren, wo sich die schönsten Schnorchelplätze rund um Rarotonga verbergen, und hören, warum die Kokospalme hier nicht nur ein Baum, sondern als „Baum des Lebens“ ein zentraler Teil der Kultur und des Alltags ist.

FAHRRADTOUR RAROTONGA (ca. 9-12 Uhr)

Die Radtour folgt überwiegend der historischen Ancient Coral Road – der **Ara Metua**, die auf Rarotonga liebevoll als „Back Road“ bekannt ist. Abseits der Küste radeln Sie durch das ruhige Inselinnere, vorbei an üppigem Grün, kleinen Siedlungen und dem entspannten Rhythmus des Dorflebens, der hier den Takt vorgibt. In gemächlichem Tempo unterwegs, bleibt viel Raum für das Wesentliche: die Landschaft wirken lassen, frische lokale Produkte probieren, Einblicke ins

Inselleben gewinnen – und wer mag, lernt sogar, eine Kokosnuss selbst zu öffnen. Ihr Guide begleitet Sie dabei nicht nur als Fahrer, sondern als leidenschaftlicher „Geschichtenerzähler“, der die Insel mit ehrlichen, lebendigen und oft auch augenzwinkernden Anekdoten zum Leben erweckt. Die Strecke ist bewusst entspannt gehalten: überwiegend flach bis leicht abfallend, etwa 9 bis 12 Kilometer lang und größtenteils auf asphaltierten Straßen. Diese Tour eignet sich ideal für Einsteiger, Familien und alle, die selten oder schon lange nicht mehr Rad gefahren sind. Den Abschluss bildet ein genussvolles Mittagessen – meist an einem der schönen Strände der Insel, wo sich das Erlebnis ganz ruhig ausklingen lässt.

Übernachtungen auf Rarotonga.

5. Reisetag: Rarotonga - Aitutaki

Per Flug geht es auf die Insel Aitutaki. Sie werden vom Hotel abgeholt und zum Flughafen von Rarotonga gebracht. Nach Ankunft auf Aitutaki erfolgt der Transfer zum Hotel. Spätestens auf dieser paradiesischen Insel mit seiner türkisleuchtenden Lagune, die die Insel umgibt, holt Sie das Südsee-Feeling ein! Übernachtung auf Aitutaki.

6. - 7. Reisetag: Aitutaki

Feiner weißer Sand trifft auf dieser wunderschönen Insel auf klares, wunderschön leuchtendes Wasser. Tanken Sie in den nächsten Tagen Energie unter sich im Wind wiegenden Palmenblättern. Optional sind auch Ausflüge mit dem Boot zum Schnorcheln oder Tauchen in der Lagune möglich. Übernachtungen auf Aitutaki.

Mein persönlicher Reisetipp:

Leihen Sie sich ein Fahrrad und unternehmen Sie eine Fahrradtour einmal um die Insel – so lässt sich die kleine Insel ideal auf eigene Faust erkunden. Besuchen Sie auf dem Weg zum Beispiel einen lokalen Markt und halten hier und dort um einen Einblick in das Leben der Menschen auf Aitutaki zu bekommen. Der Besuch eines traditionellen Gottesdienstes am Sonntag ist auch immer ein besonderes Erlebnis.

8. Reisetag: Aitutaki - Rarotonga

Irgendwann ist auch die schönste Reise zu Ende. Heute heißt es Abschied nehmen! Rechtzeitig für Ihren Flug zurück nach Rarotonga werden Sie von Ihrem Hotel abgeholt und es geht per Flug zurück nach Rarotonga.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
01.04.2026*	31.03.2027	✓	1.350 €
Individualreise Cook Inseln / Preis pro Person im Doppelzimmer			
01.04.2026*	31.03.2027	✓	630 €
Individualreise Cook-Inseln / Einzelzimmer-Zuschlag			
01.04.2027*	31.03.2028	✓	1.440 €
Individualreise Cook Inseln / Preis pro Person im Doppelzimmer			
01.04.2027*	31.03.2028	✓	720 €
Individualreise Cook-Inseln / Einzelzimmer-Zuschlag			

* = Bei den oben genannten Preisen handelt es sich um die Ab-Preise.

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- > Economy-Flüge Rarotonga - Aitutaki & retour
- > 7 Übernachtungen in aufgeführten Unterkünften im Doppelzimmer
- > Verpflegung: 7 x Frühstück (F)
- > Flughafentransfers auf Rarotonga und Aitutaki
- > Tagesausflug Rarotonga nach Wahl (s. Reiseverlauf)
- > Klimaschutzbeitrag inklusive (s. Programmhinweise)
- > Projektunterstützung für Sonne-International inklusive (s. Programmhinweise)

ZUSATZLEISTUNGEN

- > Internationale Flüge (0 €)
- Gerne machen wir Ihnen ein Angebot für die passenden internationalen Flüge zu Ihrem Wunschtermin.

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Internationale Flüge
- > Reiseversicherungen

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 2

Maximalanzahl von Personen: beliebig

ATMOSFAIR



NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Danke, dass Sie helfen das Klima zu schützen! Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Cook-Inseln entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **10306 kg**. In Ihrem Reisepreis ist die Kompensation dieser Emissionen bereits inkludiert. Mit diesem Beitrag unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 21 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 21 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > Die Reise ist mit atmosphärischen Mittelklasse-Unterkünften ausgeschrieben:
- > Rarotonga: Palm Grove (Garden Studio)
- > Aitutaki: Paradise Cove Lodges (Garden Suite)
- > Sehr gern erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot für die Reise in anderen Unterkunfts-kategorien.
- > Die Non-Profit-Organisation atmosfair, die sich zum Ziel gesetzt hat, klimaschädliche Treibhausgase zu kompensieren und reduzieren, finanziert mit dem inkludierten Klimaschutzbeitrag Projekte in Entwicklungsländern / im Globalen Süden, die CO2 einsparen – in diesem Fall ein Projekt mit effizienten Öfen für Familien in Indien. Diese Einsparung rechnet sich das Projektland auf seine international vereinbarten CO2-Minderungspflichten an. Weil Doppelzahlungen von Emissionsminderungen weltweit ausgeschlossen sind, kompensieren diese CO2-Minderungen ihren Flug nicht bzw. gleichen diesen nicht aus. Sie helfen dem Projektland, seine bestehenden Klimaverpflichtungen einfacher zu erreichen. Gerne können Sie auf Wunsch eine zusätzliche Spende an atmosfair vornehmen. Geben Sie dies bei Buchung auf dem Anmeldeformular einfach an.
- > Zusätzlich unterstützen wir mit jeder Buchung Projekte im zwischenmenschlichen Bereich, wie z.B. Sonne-International, eine österreichische Hilfsorganisation mit dem Motto "Mit Bildung aus der Armut". Hier wird u.a. Kindern in Äthiopien, Bangladesch, Myanmar und Indien Zugang zu Bildung ermöglicht.

Einreise & Gesundheit

- > Einreise: Für die Einreise benötigen Reisende mit deutscher Staatsangehörigkeit den noch mind. 6 Monate über die Reise hinaus gültigen Reisepass sowie ein Visum, das kostenfrei bei Einreise ausgestellt wird. Sollten Sie eine andere Staatsbürgerschaft als die deutsche besitzen, so teilen Sie uns bitte bei Ihrer Anfrage und vor Buchung Ihre Nationalität mit, so dass wir Sie über die entsprechenden Einreisebestimmungen informieren können. Vielen Dank!
- > Impfungen: Es sind keine Impfungen vorgeschrieben (Gelbfieberimpfung nur erforderlich, sofern man aus einem Infektionsgebiet einreist). Empfohlen werden die Standardimpfungen (Polio, Tetanus, Diphtherie) und Hepatitis A / (B), sowie Masern. Wir empfehlen einige Wochen vor Abreise aktuelle Informationen bei den Tropeninstituten einzuholen.

Generelle Hinweise

- > Veranstalter: a&e erlebnis:reisen GmbH
- > Stand: 08.05.2026 (JL)

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.