Hangana HAKE RUN

werner otto SPORTREISEN

NAMIBIA

SWAKOPMUND 03.10.2020

Marathon, Halbmarathon und 10 km von Swakopmund nach Walvis Bay - zwischen Wüste und Ozean an der Atlantik-Küste in Namibia

Der **Hangana Hake Run**, wie er heute heißt, ist einer der ältesten Straßenläufe in Namibia. Dieser Marathonlauf von Swakopmund nach Walvis Bay wird unter verschiedenen Namen seit 1983 veranstaltet.
Der Marathon an der kühlen Atlantikküste ist beliebt bei einheimischen und internationalen Athleten, die meist aus den Nachbarländern kommen. Die Strecke folgt der einzigartigen und landschaftlich reizvollen Route zwischen den Küstenstädten Swakopmund und Walvis Bay, dabei können die Teilnehmer von der rechten Seite der Laufstrecke die Meeresbrise des kalten Südatlantik genießen und auf der linken Seite die majestätischen Sanddünen der Namib, der ältesten Wüste der Welt, bewundern.
Auf der überwiegend asphaltierten Route werden auch ein Halbmarathon und ein 10 km-Lauf angeboten, alle Strecken enden im `Jan-Wilken-Stadium´ in Walvis Bay. Seit 2015 gibt es auch verschiedene Radsportkategorien: ein 90 km Straßenrennen, ein 21 km Off-Road-Rennen durch die Sanddünen und ein 5 km Rennen für die Kinder. Der Hangana Hake Marathon wird auch als Qualifikation für die bekannten südafrikanischen Läufe *Two Oceans* in Kapstadt und *Comrades* in Durban gewertet.

Am Laufwochenende findet in Walvis Bay das alljährliche `Walvisfees´ (Walfisch-Festival) statt. Im Jan-Wilken-Stadion, in dem auch das Ziel der Läufe ist, werden am Freitag, Samstag und Sonntag Live-Musik, Essen und Getränke für jeden Geschmack und Unterhaltung für die ganze Familie angeboten. Es gibt natürlich frische Fischspezialitäten, es wird gegrillt, landestypische Gerichte und heimische Erzeugnisse werden angeboten.

Im Wüstenstaat Namibia sind die Küstenstädte Swakopmund und Walvis Bay der Inbegriff von Sand, Meer und Spaß in der Sonne. Entlang der 30 km langen Küstenlinie zwischen dem nebligen Atlantik und den majestätischen Sanddünen der Namib-Wüste sind die beiden unterschiedlichen Städte beliebte Urlaubsziele und wichtige wirtschaftliche und touristische Zentren. Jede Stadt hat ihren eigenen Charakter und ihre einzigartigen Attraktionen zu bieten.

Im Stadtbild von **Swakopmund** hat sich der deutsch geprägte Kolonialstil mit vielen historischen Gebäuden erhalten. Besonders sehenswert sind die evangelisch-lutherische Kirche, das Woermannshaus mit dem Wasserturm, das Hohenzollernhaus und das Alte Gefängnis sowie die Kaserne. In Swakopmund befindet sich das Nationale Meeresaquarium von Namibia und die Kristallgalerie mit dem weltweit größten ausgestellten Quarzkristall (14,1 t). Außerdem sind in der Stadt der schöne Leuchtturm und das `Lokomobil´ sehenswert.
Walvis Bay ist der einzige Tiefseehafen Namibias. Das Wasser hier an der Küste ist sehr sauber, daher ist Walvis Bay berühmt für qualitativ hochwertigen Fisch, Austern und Langusten. Die Lagune ist durch eine Sandbank geschützt und verfügt über einen Wattbereich. Dort leben viele Vogelarten wie Flamingos, Pelikane und Damaraseeschwalben. Im Atlantik um den Leuchtturm von Pelican Point findet man Delfine, Wale und Südafrikanische Seebären. Im Osten beginnt hinter den Küstendünen die große Namib-Wüste.

werner otto SPORTREISEN
Wallstr. 12
50321 Brühl
Tel 02232 - 94 27 44
Fax 02232 - 94 27 45
Inh. M. Gerkum
www.sportotto.de
info@sportotto.de

REISEABLAUF

Seit 2012 fahren wir zu Laufveranstaltungen nach Namibia, auch einige Anschlussreisen nach Läufen in Südafrika haben uns schon in dieses schöne und interessante Land geführt. Unsere Rundreise beginnen wir diesmal in der Hauptstadt Windhoek, von dort fahren wir in die Namib-Wüste. Zum Lauf geht es dann an die Küste nach Swakopmund und Walvis Bay. Im Anschluss fahren wir in den Norden des Landes, ins Damaraland und weiter in den tierreichen Etosha-Nationalpark.

Sonntag, 27.09.2020
Wir treffen uns am Abend am Flughafen in Frankfurt, Zubringerflüge oder Rail&Fly-Bahnverbindungen bringen Sie bequem dorthin, wir buchen Ihnen auch gerne einen Terminal-Parkplatz zum günstigen Frühbucher-Tarif. Wir fliegen gemeinsam über Johannesburg nach Windhoek. Auf unseren Linienflügen mit SAA können Sie auch Lufthansa-Meilen sammeln.

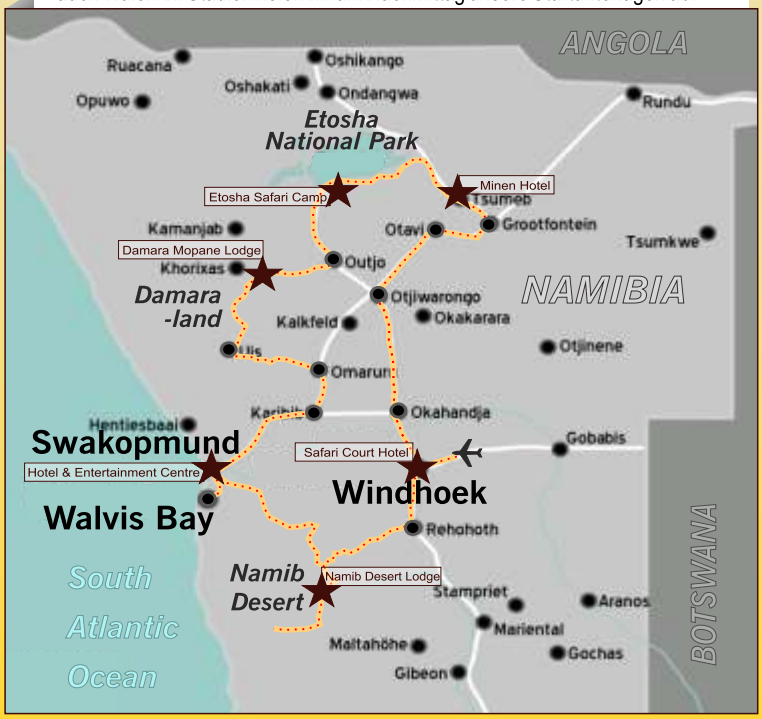
Montag, 28.09.2020
Wir steigen in Johannesburg um und landen um 11:25 Uhr in Windhoek. Unser deutsch sprechender Reiseleiter holt uns am Flughafen ab, wir fahren ins Hotel und am Nachmittag unternehmen wir eine Stadtrundfahrt durch die Hauptstadt und das wirtschaftliche und kulturelle Zentrum Namibias. In der Stadt erinnern noch viele historische Gebäude an ihre koloniale Vergangenheit.

Dienstag, 29.09.2020
Nach dem Frühstück verlassen wir die Stadt Windhoek und fahren ca. 350 km nach Südwesten in die Namib-Wüste. Dort am Fuß der Berge liegt unsere Namib Desert Lodge. Hier wohnen wir für zwei Nächte in komplett ausgestatteten Chalets, Frühstück und Abendessen sind hier inklusive.

Mittwoch, 30.09.2020
Von unserem Camp aus fahren wir in den Namib-Naukluft-Nationalpark. Der große Nationalpark mit der ältesten Wüste der Welt bietet spannende Ausflugsziele, wie zum Beispiel das Sossusvlei mit den höchsten Sanddünen der Welt. Mit Allrad-Fahrzeugen fahren wir durch diese Sandwüsten und können auch die Besteigung einer Düne wagen.

Donnerstag, 01.10.2020
Wir genießen noch einmal das Frühstück in unserem Wüstencamp, anschließend starten wir zur Fahrt an die kühle und manchmal neblige Küste des Süd-Atlantik. Nach ca. 350 km Fahrt erreichen wir Swakopmund. Vieles ist hier vom deutschen Charakter und europäischer Atmosphäre erhalten geblieben. Wir haben hier drei Übernachtungen mit Frühstück im `Swakopmund Hotel & Entertainment Centre´, einer exklusiven Anlage u.a. mit Pools und Casino.

Freitag, 02.10.2020
Von Swakopmund aus fahren wir nach Walvis Bay, sehen dabei die Laufstrecke und starten vom Hafen aus zu einer Bootstour auf die Lagune und entlang der Sandstrände, ein Imbiss mit Sekt und frischen Austern an Bord inbegriffen. Wir sehen Pelikane und viele andere Vogelarten, Robben, Delfine und vielleicht auch Wale. Am Stadion holen wir am Nachmittag unsere Startunterlagen ab.



Hangana HAKE RUN

Samstag, 03.10.2020 - Marathontag -
Nach einem zeitigen Frühstück fahren wir vom Hotel zum Marathonstart, spätestens um 05:30 Uhr müssen wir dort sein. Der Start der Marathonläufer ist um 06:00 Uhr auf dem Gelände der Primary School von Swakopmund. Für die Halbmarathonläufer gibt es einen Shuttlebus zu ihrem Start, sie starten um 07:00 Uhr an der Küstenstraße.
Im vergangenen Jahr kamen ca. 140 Marathon- und 340 Halbmarathonläufer ins Ziel, etwa 350 liefen die 10 Kilometerstrecke. Die Siegerzeiten 2019 waren 02:27:13 beim Marathon und 01:07:11 beim Halbmarathon.
Ziel für alle Läufe ist das Jan-Wilken-Stadion in Walvis Bay. Hier findet am selben Tag auch das Festival `Walvis-Fees´ statt, mit Musik, Unterhaltung, Getränke- und Verpflegungsständen für die ganze Familie. Wenn alle Läufer das Ziel erreicht haben, fahren wir zurück zu unserem Hotel nach Swakopmund, können uns vom Lauf erholen und den letzten Abend am Meer genießen.

Sonntag, 04.10.2020
Am nächsten Morgen fahren wir von der Küste in den Nordwesten Namibias in das Damaraland. Es besticht durch eine felsenreiche und zerklüftete Landschaft von rauer, bezaubernder Schönheit. Die Pflanzen- und Tierwelt hat sich an den geringen Niederschlag und die oft große Hitze perfekt angepasst. Es gibt hier Wüstenelefanten, die auf der Suche nach Wasser kilometerweit durch die ausgetrockneten Flusstäler wandern. Auch die vom Aussterben bedrohten Wüstenlöwen haben sich perfekt an das aride Klima angepasst. Im Damaraland findet man nur hier vorkommende Wüstenpflanzen, unter anderem die giftige aber photogene *Euphorbia Damarana* oder die uralte *Welwitschia Mirabilis*.

Montag, 05.10.2020
Im Damaraland übernachten wir zweimal in der Damara Mopane Lodge, sie liegt etwa 20 km östlich von Khorixas. Die Zimmer der Lodge liegen in gepflegten Gemüse- und Kräutergärten, die vom Restaurant frisch genutzt werden, wir haben hier Frühstück und Dinner. Es gibt in der schönen Gartenanlage einen Swimmingpool und am Berghang ein Sundowner-Deck für einen Drink am Abend. Wir fahren auf unserer Tagestour zu den berühmten Felsgravuren, der Basaltformation `Orgelpfeifen´ und zum `Versteinerten Wald´.

Dienstag, 06.10.2020
Wir fahren weiter nordwärts und erreichen nach ca. 250 km den Etosha Nationalpark. Hier wohnen wir in Bungalows in der Etosha Safari Lodge direkt am Nationalpark mit Blick in die Savanne, Frühstück und Abendessen inklusive. Das Camp verfügt weiterhin über ein Restaurant, eine Bar, einen Shop, Pool und eine Veranda mit Aussicht über die Mopane-Wälder.

Mittwoch, 07.10.2020
Heute haben wir einen ganzen Tag Zeit für unsere Fotosafari im Etosha Nationalpark. Es gibt hier verschiedene Vegetationszonen, Trockenwälder, Gras- und Strauchsavannen, in der Mitte des Parks dominiert die Kalksalz-Pfanne, auf der es kaum Bewuchs gibt. Zu den Wildtierarten gehören Elefanten, Nashörner, Giraffen, Löwen, Leoparden, Geparde, Zebras, Springböcke, Impalas, Antilopen, Warzenschweine und viele andere Säugetieren. Es gibt auch unzählige Vogelarten und sehr viele Reptilien. Am *Von-Lindequist-Gate* im Osten verlassen wir den Nationalpark und fahren zu unserem Hotel in Tsumeb.

Donnerstag, 08.10.2020
Nach einem ausgiebigen Frühstück in unserem Minen Hotel von Tsumeb machen wir uns wieder auf den Weg in Richtung Windhoek. Nach gut 400 km erreichen wir wieder das Safari Court Hotel, nach Absprache verbringen wir unseren letzten Abend in Namibia bei einem vorzüglichen Buffet in unserem Hotel oder in einem der vielen Restaurants in Windhoek.

Freitag, 09.10.2020
Vom Stadtzentrum fahren wir zum ca. 40 km entfernten Internationalen Flughafen `Hosea Kutako´ von Windhoek. Unser Rückflug nach Johannesburg startet am Nachmittag. Am Abend geht es von dort weiter nach Frankfurt.

Sonnabend, 10.10.2020
Am frühen Morgen um 06:10 Uhr Landung in Frankfurt.

LEISTUNGEN UND PREISE

Rundreise Namibia
27.09. - 10.10.2020
Windhoek - Namib Wüste - Sossusvlei - Swakopmund - Damaraland - Etosha Nationalpark - Windhoek

Komplettpreis pro Person im DZ **€ 3.885,-**
EZ-Zuschlag + **€ 298,-**

Bahnzubringer Rail&Fly	€ 75,-
Terminal-Parken/Frühbucher	ab € 70,-
Zubringerflüge nach FRA	€ 130,-

Startgelder		
	Marathon	€ 20,-
	Halbmarathon	€ 20,-
	10 km-Lauf	€ 15,-

alle Angaben in € pro Person | Stand 15.01.2020 | Änderungen vorbehalten

In unseren Reisepreisen sind enthalten:
- Linienflüge mit SAA über Johannesburg
- alle Transfers
- alle Hotels, Lodges etc. mit Frühstück
- wenn angegeben, auch mit Abendessen
- alle Unterkünfte mit eig. Bad/WC
- Stadtrundfahrt in Windhoek
- Anmeldung zum Lauf
- garantierte Startnummer
- Pasta-Party am Laufvorabend
- Ausflug Sossusvlei in der Namib mit 4x4 Shuttle
- Ausflug Swakopmund - Walvis Bay mit Bootsfahrt
- Ausflüge Damaraland
- Safari im Etosha Nationalpark
- alle Eintritte, Gebühren für die Nationalparks
- geführte Rundreise mit Fahrer
- ausführliche Reiseführer, Reiseleitung vor Ort
- Sicherungsscheine gem. § 651 r BGB

nicht enthalten: Startgelder, Versicherungen, Trinkgelder, nicht aufgeführte Mahlzeiten

werner otto SPORTREISEN
Wallstr. 12
50321 Brühl
Tel 02232 - 94 27 44
Fax 02232 - 94 27 45
Inh. M. Gerkum
www.sportotto.de
info@sportotto.de

REISEANMELDUNG

Hangana Hake Run 03.10.2020

werner otto SPORTREISEN
Inh. Matthias Gerkum
Wallstraße 12
50321 Brühl
Tel 02232 - 94 27 44
Fax 02232 - 94 27 45
www.sportotto.de
info@sportotto.de

An
Werner Otto Sportreisen
Wallstraße 12
50321 Brühl

Ich/wir buche(n) die nachfolgend aufgeführten Leistungen:

Zutreffendes / gewünschtes bitte ankreuzen oder ausfüllen

Teilnehmer 1 Herr ☐ Frau ☐
Titel / Nachname:
Vornamen: (Rufname unterstreichen)
Straße Hausnummer:
PLZ Wohnort:
Telefon:
eMail: @
Geburtsdatum: __ __ . __ __ . __ __ __ __
Reisepass-Nummer:

Laufteilnahme Marathon ☐ Halbmarathon ☐ 10km Lauf ☐ Begleiter ☐

Altersklasse
Junior 12 - 18 | Ladies / Men Open | Ladies / Men Veteran 40-49 | Ladies / Men Master 50-59 | Ladies / Men Grand Master 60+

Teilnehmer 1 Herr ☐ Frau ☐
Titel / Nachname:
Vornamen: (Rufname unterstreichen)
Straße Hausnummer:
PLZ Wohnort:
Telefon:
eMail: @
Geburtsdatum: __ __ . __ __ . __ __ __ __
Reisepass-Nummer:

Laufteilnahme Marathon ☐ Halbmarathon ☐ 10km Lauf ☐ Begleiter ☐

Altersklasse
Junior 12 - 18 | Ladies / Men Open | Ladies / Men Veteran 40-49 | Ladies / Men Master 50-59 | Ladies / Men Grand Master 60+

Reisedauer:

Hinflug ab Frankfurt am 27. 09. 2020 und
Ankunft in Frankfurt nach Rundreise am 10. 10. 2020 ☐
Rail&Fly-Bahnanreise nach FRA ☐
oder Terminal-Parkplatz ☐
oder Zubringerflug nach FRA von:

Rundreise inklusive

Windhoek - Namib-Wüste - Sossusvlei - Swakopmund - Walvis Bay - Damaraland - Etosha Nationalpark - Tsumeb Windhoek

Ausflüge/Tagestouren inklusive

alle im Reiseablauf genannten Ausflüge und Fahrten, inklusive Gebühren für die Nationalparks

Hotels

Windhoek: 1 x Ü / F Safari Court Hotel
Namibwüste: 2 x Ü / F / A Namib Desert Lodge
Swakopmund: 3 x Ü / F Swakopmund Hotel & Entertainment Centre
Damaraland: 2 x Ü / F / A Damara Mopane Lodge
Etosha N-Park.: 1 x Ü / F / A Etosha Safari Camp
1 x Ü / F / A Minen Hotel Tsumeb
Windhoek: 1 x Ü / F Safari Court Hotel

Doppelzimmer ☐ Einzelzimmer ☐

Ü = Übernachtung F = Frühstück A = Abendessen

Versicherungen

Reiserücktritt ☐
= Stornokosten + Reiseabbruch - Versicherung

RundumSorglos-Schutz ☐
= Stornokosten + Reiseabbruch + Reisekranken + Reisegepäck - Versicherung

Versicherungen mit ☐
oder
ohne Selbstbeteiligung ☐
(Stornokosten 20%, min. € 25,- Kranken + Gepäckvers. € 100,-)

Es gelten die Reisebedingungen in Verbindung mit dem jeweiligen Prospekt. Der Reisevertrag kommt zustande nach Beratung und mit der Reisebestätigung durch Werner Otto Sportreisen.

Ort Datum Unterschrift/en