

AMERIKA, PERU

AUF DEM LARES TREK ZUM MACHU PICCHU PERU – DIE ALTERNATIVE ZUM INKA TRAIL

8. APRIL 2017



Die Auswahl an Wanderungen zum Machu Picchu ist groß. Inka Trail, Inka Jungle Trail, Salkantay oder Lares – da fällt die Wahl schwer. In der Regenzeit, wie bei mir im Februar, reduziert sich die Auswahl jedoch von selbst, da der Inka Trail geschlossen und der Salkantay eigentlich zu gefährlich ist. Ich entscheide mich deshalb für den Lares Trek, der als einziger zwar an keinen Inkaruinen, dafür aber näher an den Bewohnern der Anden entlangführt.

Die geführte Tour hat mir Jonas von der Plattform [Evaneos](#) gebucht, die an lokale deutsche Reiseagenturen vermittelt. So konnte ich sichergehen, dass die Organisation reibungslos läuft, die Guides kompetent und die Campinglager gut ausgestattet sind und das Essen von guter Qualität ist. Die Unterschiede der Agenturen sind nämlich groß!

Um für die 4-Tages-Tour optimal vorbereitet zu sein, findet am Tag davor eine Besprechung in meinem Hotel in [Cusco](#) statt. Ich erfahre, wie der Trek verläuft, wann ich mich mental auf den härtesten Teil einstellen muss und was ich nicht vergessen darf. Da ich keine Trekkingstöcke dabei habe, werden mir diese und zwei Plastikhüllen für meinen kleinen Rucksack abends ins Hotel gebracht. Ein super Service!

LARES TREK TAG 1 – 9 KM WANDERUNG & EINE SCHLIMME NACHT

Früh morgens um 6.15 Uhr starte ich in das Abenteuer Wanderung durch die Anden zum Machu Picchu. Unsere Gruppe ist klein und besteht nur aus fünf Teilnehmern. Circa vier Stunden dauert die Fahrt nach Lares, dem Ausgangspunkt. Auf dem Weg dorthin legen wir noch einen Stopp bei einem lokalen Markt ein, wo wir Brot, Käse, Obst, Regenponchos und frischen Saft kaufen können.

Der Startpunkt der Wanderung befindet sich direkt hinter einer Therme. Da es immer mal wieder regnet, ist mir nicht wirklich nach Ausziehen, obwohl sich 40 Grad Wassertemperatur natürlich verlockend anhören. Nach einer Stunde Aufenthalt geht es nun endlich los. Neun Kilometer stehen für heute an, davon die ersten nur bergauf. Der Weg verläuft am Hang entlang, mit Blick auf das grüne Tal und den Fluss, der sich seinen Weg hindurch bahnt. Lamas und Schafe erfreuen sich an dem saftigen Gras, das die Regenzeit gedeihen lässt. Nach einer Stunde erreichen wir bereits den Ort für unser Mittagessen: eine einfache Hütte, in der wir mit einer erstaunlichen Auswahl an Gerichten von Spargelsuppe über gefüllte Avocados bis zu Hühnchen überrascht werden. Zu trinken gibt es den typischen, süßen Chicha Morada, einen Saft aus lilafarbenem Mais. Für meine Begriffe ein bisschen zu süß!



Gestärkt brechen wir zum zweiten Teil auf, der uns zu dem Camp führt, wo wir die Nacht verbringen werden. Noch ist es angenehm mild und trocken, und die Sonne verwöhnt uns mit ihren wärmenden Strahlen. Doch circa eine Stunde vor Ankunft fallen die ersten Tropfen, die mit jedem Schritt dichter werden. Mein Regenponcho hält mich leider auch nur bedingt trocken. Vor allem meine Schuhe und Unterschenkel werden pitschnass. Die Temperaturen sinken. Als wir am Camp in Huacahuasi auf 3.800 Metern ankommen, werden wir unseren Zelten, die zum Glück überdacht sind, zugeteilt. Wie herrlich wären jetzt ein warmes Plätzchen und ein Feuer, um sich von Innen aufzuwärmen und die nassen Sachen zu trocknen!

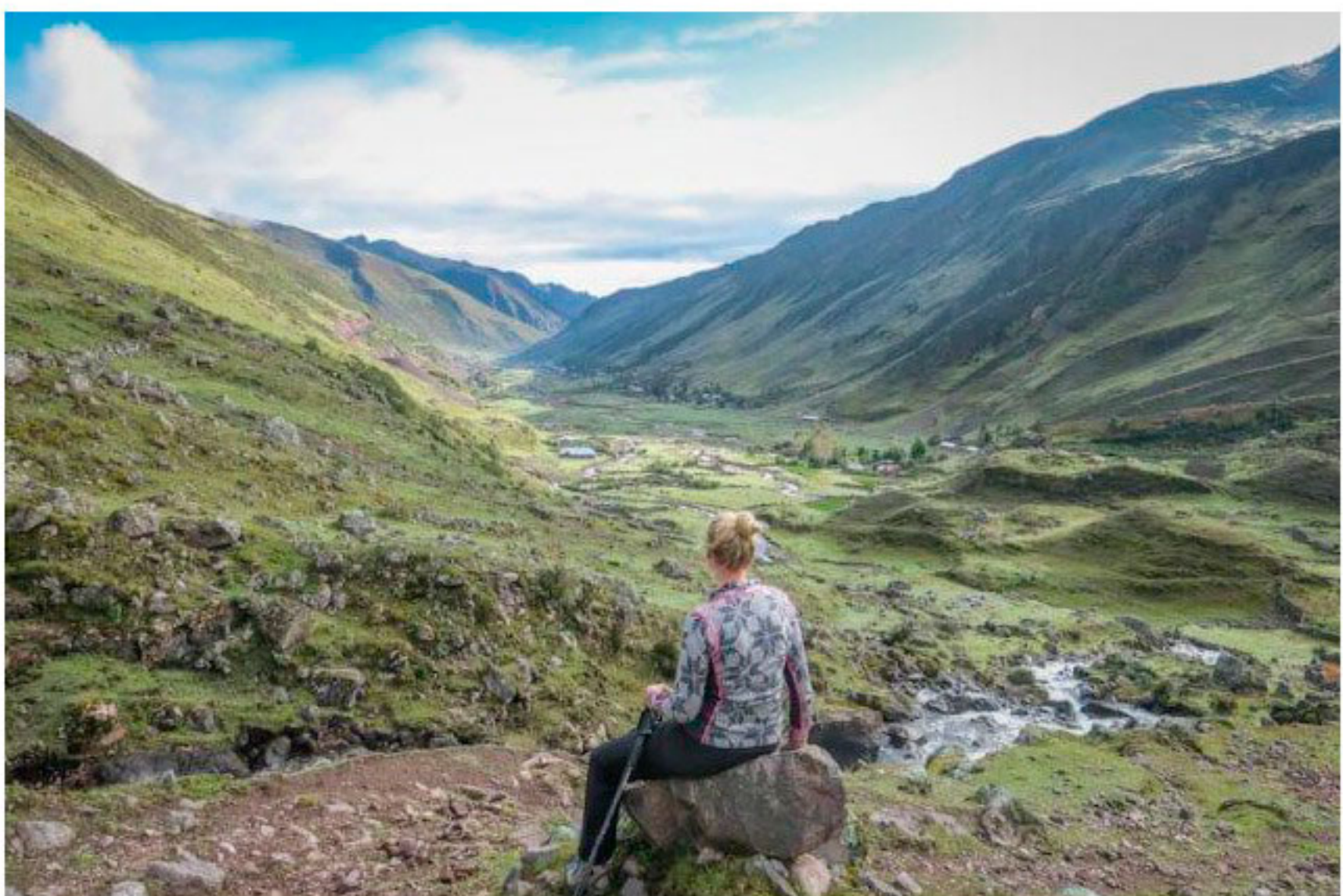
Vor dem Abendessen dürfen wir noch ein kurzes Nickerchen machen. Ich wechsle meine Kleidung und kuschle mich in meinen neuen, coolen Schlafsack von Gruezi Bag. Doch so richtig warm wird mir erst einmal nicht. Da helfen schon eher der heiße Tee und die warme Mahlzeit wenig später. Bevor es ins Bett geht, versorgt mich Juan, unser Guide, noch fürsorglich mit zwei Plastikflaschen heißem Wasser für die Nacht. Doch sie wird trotzdem als eine der schlimmsten in mein mentales Reisetagebuch eingehen.

Ins Detail möchte ich an dieser Stelle gar nicht gehen, aber zwei Faktoren haben dazu beigetragen: Die Temperaturen fielen auf schätzungsweise 0 Grad, sodass ich schlotternd die Minuten bis zum Aufstehen gezählt habe und nicht für eine Minute in den so ersehnten Schlaf gefallen bin. Hinzu kam – wie schon am Titikakasee – heftiger Durchfall, und das ohne eine vernünftige Toilette...

Geschwächt und völlig übermüdet schäle ich mich um 5.00 Uhr aus dem Zelt und wasche mich notdürftig mit heißem Wasser in einer Schale vor meiner Tür. Der Himmel ist klar, die Regenwolken haben sich verzogen. Wenigstens etwas Erfreuliches und Aufbauendes!

LARES TREK TAG 2 – BIS AN DIE KÖRPERLICHEN GRENZEN

Nach dem Frühstück, das für mich ohne jeglichen Appetit spärlich ausfällt, müssen wir los, denn heute steht der härteste Tag des Lares Treks mit einer Wanderung von 22 km an. Zum Glück wird wenigstens mein größerer Rucksack über die komplette Strecke von einem Pferd oder Maultier getragen. Dennoch fühle ich mich nicht wirklich fit für diese Herausforderung und muss immer wieder Pausen einlegen, denn der Weg führt jetzt schon nahezu nur bergauf. Die Aussicht auf das malerische Tal entschädigt jedoch für die Anstrengung und ist einfach wunderschön!



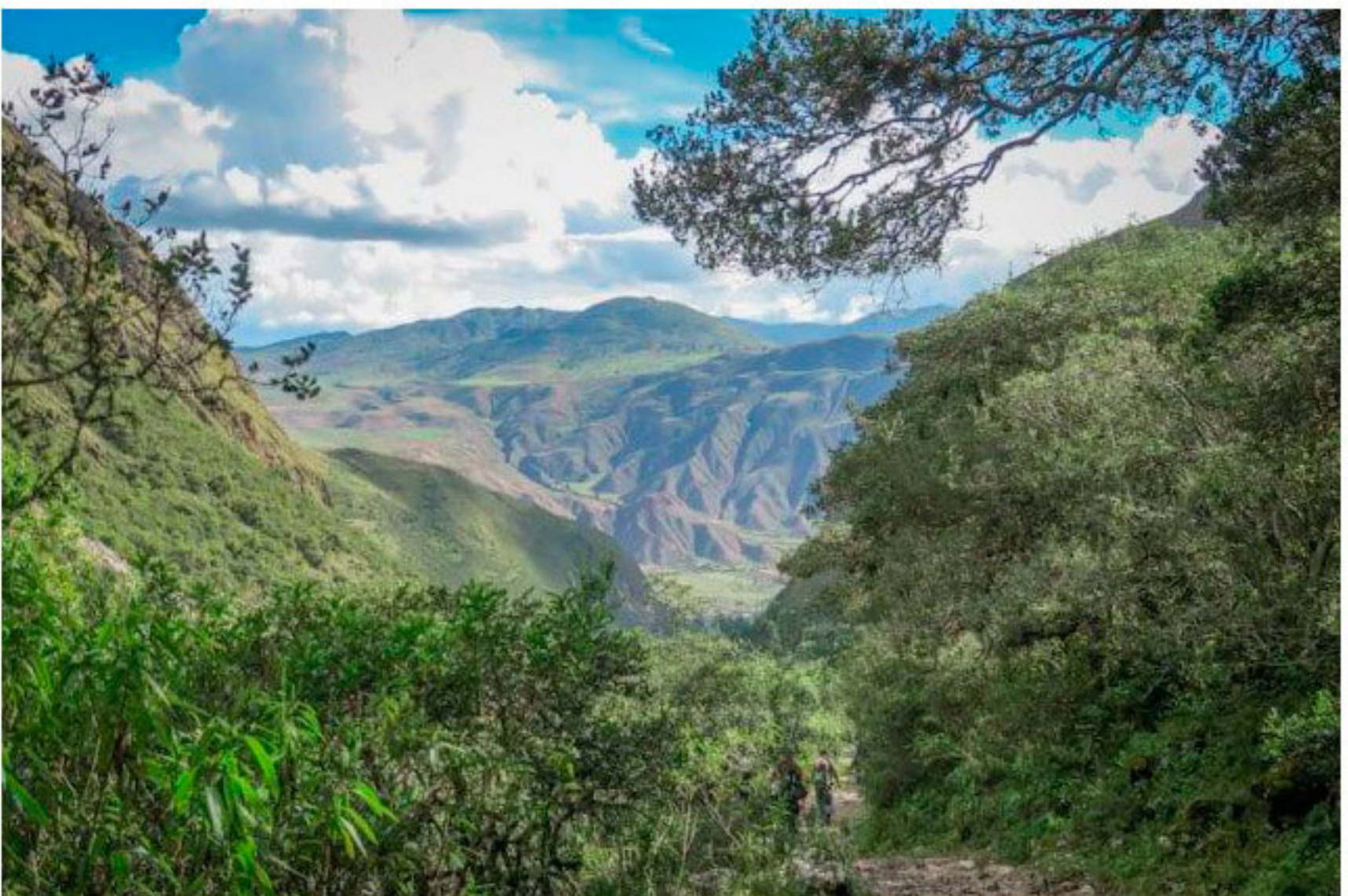


Bevor der mühevollste Teil mit einem kräftezehrenden Aufstieg beginnt, darf ich für 10 Minuten das Notfall-Maultier in Anspruch nehmen, und irgendwann habe auch ich es mit letzter Kraft auf den höchsten Punkt der Wanderung geschafft. Der traumhafte Blick auf die Auroraqocha Lagune auf 4.400 Metern belohnt uns jedoch für all die vorangegangenen Strapazen! Gerade rechtzeitig, bevor der Regen wieder einsetzt, führt Juan mit uns noch eine kleine Zeremonie mit Kokablättern für die Pachamama (Mutter Erde) durch. Jeder darf sich etwas wünschen und soll im Anschluss der Pachamama für diese Wanderung danken.



Ab diesem Punkt geht es nur noch bergab. Mein Magen und Darm rebellieren noch immer, und ich habe ernsthafte Zweifel, ob ich es wirklich bis zum nächsten Camp schaffe. Doch Juan treibt mich aufmunternd weiter, und gegen 13.15 Uhr erreichen wir unseren Lunchspot, wo schon wieder die Sonne scheint. Dank etwas Suppe, Kartoffelbrei und Quinoa fühle ich mich nun schon etwas besser.

Weitere 2,5 Stunden dauert es im Anschluss an unser Mittagessen, bis wir endlich das zweite Camp in Yanahuara auf 2.850 Metern erreichen. Die Umgebung hat sich auf dem Weg komplett verändert. Ein bisschen fühlt es sich an wie im Dschungel, denn die Natur ist unglaublich grün und üppig. Wir legen uns ins Gras und werden mit einem wohl verdienten Gläschen Sekt empfangen. Mit frischem Popcorn und ein paar Spaghetti im Magen liege ich um 21.00 Uhr in meinem Zelt und habe dieses Mal dank wärmerer Temperaturen auch eine bessere Nacht.





LARES TREK TAG 3 – DIE ERSTEN INKARUINEN IN OLLANTAYTAMBO

Der süße, leckere Duft im Essraum hat mich schon am Vorabend irritiert, doch am nächsten Morgen entdeckte ich auf dem Tisch begeistert den Grund: ein frischer Kuchen aus dem Kochtopf zum letzten Frühstück – köstlich! Da meine unschöne Magen-Darm-Geschichte inzwischen ausgestanden ist, kann ich ihn auch voll und ganz genießen und freue mich zudem darüber, dass heute nur noch eine kurze Wanderung ansteht.



Mit einem Kleinbus fahren wir nach Ollantaytambo, wo wir zunächst ein bisschen durch den Ort schlendern, der älter als der Machu Picchu ist. Von hier aus wurden die Bewohner der gleichnamigen Region mit Essen versorgt. Außerdem stellt die Stadt eine wichtige Verbindung zum Amazonas dar. Wie in Cusco wurden die Häuser in den reizvollen engen Gassen auf den robusten Mauerresten aus der Inkazeit des 14. und 15. Jahrhunderts errichtet.

Juan führt uns den Berg hinauf, wobei wir Blick auf Ollantaytambo, die ersten Ruinen sowie die Inkaterrassen auf der gegenüber liegenden Seite haben. Die Terrassen wurden früher für die Landschaft genutzt, aber sorgten auch für die Stabilität der umliegenden Gebäude. Wir steigen weiter hoch und erreichen den alten Getreidespeicher, wo Fleisch und Gemüse gelagert und getrocknet wurden. Von hier aus ist auch der Tunupa (ein Felsen, der wie ein grimmiger, bärtiger Mann aussieht), deutlich erkennbar. Er soll die Stadt zur Zeit der Inkas geschützt haben.

Mit einem Zug von Perurail tuckert unsere Gruppe anschließend Richtung Aguas Calientes, von wo aus es nur noch ein Katzensprung zum Machu Picchu ist. Auch diese Zugfahrt ist keine normale, denn die Szenerie ändert sich im Minutentakt, begleitet von peruanischer Musik. Dazu werden Getränke und ein Snack serviert.



HERRLICH SCHLAFEN IM DSCHUNGEL VON AGUAS CALIENTES

Am Bahnsteig angekommen, werde ich von einem Mitarbeiter meines Hotels in Empfang genommen und zum nur wenige Meter entfernten Eingang der Anlage geleitet. Eigentlich bin ich mit dem Zug sogar schon an der Rezeption vorbeigefahren, denn der Ort Aguas Calientes ist klein, und die Zugschienen verlaufen mitten hindurch.

Das Inkaterra Machu Picchu Pueblo Hotel überrascht und begeistert mich sofort. Vor drei Tagen habe ich noch in den alten Gemäuern der Inkas im Inkaterra La Casona in Cusco geschlafen, und nun bin ich umgeben von einer grünen, dschungelartigen Welt, die ich mir nie vorzustellen gewagt hätte. Kolibris fliegen durch die Lüfte, Wasserfälle plätschern am Wegrand, ein warmer Pool lädt zum Plantschen ein, und aus der Andischen Sauna strömt ein zarter, feiner Duft nach Eukalyptus.

Ich werde zu meinem Zimmer geführt und erfahre ganz nebenbei, dass ich ein Upgrade bekommen habe. Eine riesige Suite mit Kamin, ein Außenwhirlpool und ein zauberhaftes Daybed daneben gehören mir – ganz allein. Nach den zwei unbequemen, durchfrorenen Nächten im Zelt fühle ich mich wie eine Prinzessin und könnte vor Freude tanzen! Da es zu diesem Zeitpunkt regnet, kann ich die Möglichkeiten der Suite leider gar nicht alle nutzen, dafür schmeckt wenig später der gratis Pisco Sour am offenen Feuer des gemütlichen Aufenthaltsraums besonders gut. Nach dem gemeinsamen Abendessen mit meiner Wandergruppe schlafe ich bei Vogelgezwitscher und leise rauschendem Regen sofort wohlig ein.



Leider hatte ich bei meinem Aufenthalt viel zu wenig Zeit, das tolle Programm des Inkaterra Machu Picchu Pueblo Hotels in Anspruch zu nehmen. Diverse Exkursionen, darunter fünf inklusive, stehen im Angebot. Zu diesem Hotel gehört sogar ein Orchideengarten mit der weltweit größten heimischen Orchideensammlung, die dich zum Staunen bringen wird. Oder du besuchst im Rahmen einer Tour mit erfahrenen Biologen eine Auffangstation für Bären. Dieses Inkaterra Hotel ist 100% karbonneutral. Das bedeutet, dass der Wald bzw. die Vegetation die durch uns Menschen verursachte Luftverschmutzung komplett kompensiert und umwandelt. Klimaanlage gibt es daher nicht, um die Balance nicht zu zerstören.

TAG 4 – DER BERÜHMTE MACHU PICCHU & DAS HEILIGE TAL DER INKAS

Der Wecker klingelt früh, genauer gesagt mitten in der Nacht um 4.15 Uhr. Aber seit der Tour zum Rainbow Mountain bin ich frühes Aufstehen ja schon gewohnt. Unsere Gruppe hat entschieden, dass wir als eine der ersten auf dem Berg sein wollen, und so müssen wir uns früh für den Bus anstellen. Die Schlange ist schon lang. In der Nebensaison, wie jetzt im Februar, pilgern circa 3.800 Menschen pro Tag zum „Alten Berg“, wie der Machu Picchu übersetzt heißt. In der Hauptsaison sind es um die 5.000!

Ab 5.30 Uhr fahren die Busse im Minuten-Takt und bringen erwartungsvolle Reisende hinauf zu den Inka Ruinen. Da es leicht regnet, bin ich froh, dass wir uns gegen die Alternative, in 1,5 Stunden hochzuwandern, entschieden haben.

Nachdem wir es durch den Eingang geschafft und den kurzen Weg zum ersten Aussichtspunkt hinter uns gebracht haben, erwartet uns eine Überraschung. Es hat zwar aufgehört zu regnen, aber wir könnten genauso gut vor einem hässlichen, farblosen Plattenbau stehen, denn zu sehen ist leider rein gar nichts. Die dicke, graue Nebelwand versperrt komplett die Sicht. Aber Juan, unser Guide, beruhigt uns. Der Nebel würde sich später bestimmt noch auflösen, und so bleibt Zeit für eine kleine Geschichtsstunde mit interessanten Informationen rund um diesen mystischen Ort.

Erbaut wurde das Gelände des Machu Picchus von den Inkas im 14. Jahrhundert als Terrain für Landwirtschaft auf 2.400 Metern Höhe. Sie kamen aus Cusco, dem Zentrum der Inkas, über Ollantaytambo hierher. 100 Jahre dauerte der Bau, bis 400 Inkas hier sesshaft wurden. Da diese Bewohner der Anden nur circa 1,55-1,60 Meter groß waren, sind auch die Mauern und die Höhe der Fenster dieser geringen Größe angepasst. Im Jahr 1446 verließen die Inkas diesen Ort für 500 Jahre, und genau in dieser Zeit entdeckte und erforschte ihn ein Professor aus den USA.



Zusammen mit Juan erkunden wir nun die Häuser der Inkas, den Tempel der Sonne sowie die Häuser der Bediensteten, das des Priesters und der Astronomie. Die Zahl drei verbirgt sich verblüffend oft in den Ruinen und steht für die drei Welten der Inkas, die von drei Tieren repräsentiert werden. Der Kondor symbolisiert die Überwelt, die Schlange die Unterwelt und der Puma das Land dazwischen. Dem Kondor ist sogar ein eigener Tempel gewidmet, in dem bedeutende Inkas begraben liegen. Seine Aufgabe ist es, diese in ein neues Leben zu tragen, denn der Tod besagt nicht das Ende.

Im Jahr 1985 begann übrigens der Wiederaufbau einiger Gebäude mit den originalen noch vorhandenen Steinen und dauert heute noch an. An vielen Ecken sehen wir Personal behutsam an und mit Steinen arbeiten. Nach 2,5 Stunden, um 8.30 Uhr, endet unsere Tour, und wir haben Zeit, den Machu Picchu auf eigene Faust zu erkunden. Leider ist er immer noch nebelverhangen, und so harre ich dort eine Weile aus, aber wage nicht die 1-stündige Wanderung zum Sonnentor, um mir eine Enttäuschung zu ersparen.

Irgendwann lichtet sich jedoch tatsächlich der Nebel und gibt den Blick auf das ganze Ausmaß dieses geschichtsträchtigen Ortes frei, aber leider auch die Menschenmassen, die sich mittlerweile hier befinden, frei. Ich muss ganz ehrlich gestehen, für mich schon ein kleiner Abtörner. An einem Punkt, der einen sehr guten Ausblick auf die Ruinen bietet, muss man sogar anstehen für ein Foto. An verschiedenen Grünflächen wird zudem der Rasen um die Gemäuer gemäht, was deutlich zu hören ist. Von Idylle oder Magie kann ich leider nicht wirklich sprechen. Diese konnte ich eher in Malalcahuello in Araukania, Patagonien oder auf den Uros Inseln im Titikakasee verspüren. Ich bin mir aber sicher, dass du morgens ohne den Nebel einen solchen magischen Moment mit Gänsehaut erleben kannst!



Daher entschieße ich mich, schon um 11.00 Uhr mit dem Bus wieder zurück zu fahren, der übrigens kein günstiges Vergnügen ist. 24 US-Dollar kostet er einfach, der Zug sogar 55 US-Dollar One-Way. Der Eintritt für den Machu Picchu schlägt nochmal mit 70 US-Dollar zu Buche. Diese Fahrten sind jedoch alle bei meiner Tour inklusive, sodass ich mich um nichts kümmern musste.

IDYLLISCH SCHLAFEN IM HEILIGEN TAL

Von Aguas Calientes nehme ich nach einem feinen Mittagessen im Inkaterra Machu Picchu Pueblo Hotel den Zug zurück nach Ollantaytambo und werde anschließend von meinem Transfer ins Heilige Tal der Inkas gebracht. Am Berghang liegt idyllisch mein Hotel Inkaterra Hacienda Urubamba. Es bietet normale Zimmer im Hauptgebäude sowie größere, freistehende Cabanas mit einer fantastischen Aussicht ins Tal und auf die umliegenden, grünen Berge. Die Ruhe hier ist wunderbar und auch die gemütliche Einrichtung wie zur Kolonialzeit und die Pre-Inka-Dekoration begeistern mich. Ein Ort zum Wohlfühlen, vor allem mit einem typischen Pisco Sour am offenen Kamin!



Das Restaurant des Inkaterra Urubamba folgt dem Leitspruch „From earth to table“. Viele der verwendeten Produkte kommen von der angrenzenden Farm. Dabei wird viel Wert darauf gelegt, mit der lokalen Gemeinschaft der Dorfbewohner zusammenzuarbeiten und von einander zu profitieren. Von hier aus werden zudem viele Zutaten an die Küchen der anderen Inkaterras im Umkreis geschickt.



Schon seit ein paar Tagen hat es mich gereizt, Meerschweinchen, das bei den meisten Peruanern in dieser Gegend auf dem regulären Speiseplan steht, zu probieren. Hier wage ich es nun. Der Geschmack erinnert an eine Mischung aus Ente und Hühnchen. Wie du dir vorstellen kannst, ist aber nicht wirklich viel Fleisch an den possierlichen Tierchen. Daher spreche ich eher von ein wenig Fleisch mit knuspriger Haut. In jedem Fall aber lecker und probierenswert!

Auch dieses Inkaterra ist karbonneutral und bietet diverse Touren in die Umgebung an. Am ersten Tag starten die Gäste normalerweise mit einem Twilight Walk im unmittelbaren Umkreis der Hotelanlage. Am nächsten Tag kann die Farm besichtigt und viel über die dort angebauten Produkte gelernt werden. Manchmal kannst du hier auch noch bei traditionellen Methoden der Landwirtschaft wie das Pflügen mit dem Ochsen zusehen. Ein tolles, authentisches Konzept!

Steht der Machu Picchu auf deiner Bucketliste oder warst du schon dort? Wie hast du diesen Ort empfunden? Ich freue mich sehr über deinen Kommentar!