

Trekking im Kaukasus

Kaukasus pur: Bergpanoramen, Trekking von Mestia nach Ushguli, Klöster, Höhlenstädte sowie die Städte Jerewan und Tiflis.



🕒 19 Tage

ASAR005

Asien
Armenien



Weitere Bilder auf unserer Website ➔

Preis p. P.

ab 2.950 € zzgl. Flug

19-tägige Aktivtour in Armenien und Georgien

Entdecken Sie auf dieser Reise die faszinierenden Landschaften des Kaukasus und die schönsten Wanderrouten in Armenien und Georgien! Die beiden Länder haben neben einer großartigen Natur mit tiefen, wunderschönen Tälern, fruchtbaren Ebenen, üppigen Wäldern und spektakulären schneebedeckten Gipfeln auch einige architektonische Sehenswürdigkeiten wie antike und frühmittelalterliche Kirchen, Klöster, Festungen und Höhlenstädte zu bieten, von denen bereits mehrere in das UNESCO-Weltkulturerbe aufgenommen worden sind. Doch ganz besonders ist die Freundlichkeit der Menschen, ihre Offenheit und Lebensfreude, wird Sie begeistern.

Fragen zur Reise?

Anja Göppner ☎ 0341/55 00 94-30 ✉ anja.goeppner@at-reisen.de

AT REISEN GmbH | 1

Die Reise startet in Armeniens Hauptstadt Jerewan. Von der Hauptstadt aus fahren Sie zum Berg Azhdahak (3.597 m). Dessen Besteigung ist das erste große Highlight Ihrer Reise. Sie wandern in den kommenden Tagen entlang von blumenbedeckten Almwiesen, glasklaren Seen und besuchen u.a. das Höhlenkloster Geghard, das Kloster Haritschavank und den schönen Garni-Tempel. Sie begegnen unberührter Natur und lernen das urtümliche Leben der Armenier kennen. Von der Stadt Gyumri aus reisen Sie weiter nach Georgien. Über die Höhlenstadt Wardia geht es auf der Georgischen Heerstraße und entlang der alten Seidenstraße in die zweitgrößte Stadt des Landes – Kutaissi. Nach einem Besuch eines traditionellen Marktes sowie des Klosterkomplexes Gelati fahren Sie über abenteuerliche Straßen nach Swanetien. Das Naturparadies lässt mit bis zu 5.000 Meter hohen Bergen, grünen Wiesen, sanften Bergseen und seinen mittelalterlichen Wehrtürmen das Herz höherschlagen.

Nach einer anstrengenden Tageswanderung zum Ushba-Gletscher auf ca. 2500 Metern begeben Sie sich auf das viertägige Traum-Trekking von Mestia nach Ushguli. Nach der Besteigung des Gipfels Laghnuari (2.980 m) besuchen Sie die Stadt Gori, die Höhlenstadt Upliziche sowie die alte georgische Hauptstadt Mzcheta. Ihre Reise endet in Georgiens wunderschöner Hauptstadt Tiflis.

Charakter und Anforderungen der Reise

Diese Trekking- und Rundreise ist für Teilnehmer geeignet, die kein Problem mit regelmäßigen mehrstündigen Wanderungen im Gelände haben. Wichtige Voraussetzungen sind Motivation, Flexibilität sowie Schwindelfreiheit und Trittsicherheit auf Wegen mit losem Untergrund. Sie sollten über eine gute Fitness und Kondition verfügen. Technisch weisen die Wanderungen der Reise keine besonderen Schwierigkeiten auf, allerdings erfordern sie oft bedingt durch ständiges Bergauf- und Abgehen eine gute Ausdauer. Die Gehzeiten liegen bei 3 bis 8 Stunden pro Tag, wobei Höhendifferenzen im Auf- und Abstieg bis zu max. 1.900 m bewältigt werden müssen. Sie übernachten während der Reise überwiegend in Hotels, Gästehäusern oder Privatfamilien, schlafen aber auch 3 Nächte im Zelt. Der höchste Punkt der Reise ist der Berg Azhdahak mit 3.597 m, weshalb Sie eine gewisse Höhenverträglichkeit besitzen sollten – das heißt, Herz und Kreislauf müssen gesund sein. Konsultieren Sie vor Reiseantritt ggf. Ihren Arzt. Selbst ein gesunder Organismus darf keinesfalls durch zu rasches Gehen überbeansprucht werden. Langsames und stetiges Gehen ist sehr wichtig.

Mittel

Dieser Schwierigkeitsgrad erfordert eine moderate körperliche Belastbarkeit über mehrere Tage hinweg. Die Tagesprogramme können länger sein und eine gewisse Grundausdauer voraussetzen. Pausen sind eingeplant, dennoch kann die Abfolge der Aktivitäten fordernd wirken. Mentale Flexibilität bei Zeitplänen oder äußeren Einflüssen ist hilfreich.

Fitness

Solide Grundausdauer empfohlen

Training

2–3x pro Woche Ausdauertraining
(z.B. Gehen, Radfahren,
Schwimmen)

Psychische Belastung

Mittel – Offenheit und
Anpassungsfähigkeit sinnvoll

Fragen zur Reise?

Anja Göppner  0341/55 00 94-30  anja.goepfner@at-reisen.de

Reiseverlauf

Tag 1

Flug nach Armenien

Sie fliegen in die armenische Hauptstadt Jerewan – Ihr Abenteuer kann beginnen! Übernachtung im Hotel in Jerewan

Tag 2

Sonnenstadt Jerewan

Nach der Ankunft in Jerewan am sehr frühen Morgen werden Sie am Flughafen abgeholt und in Ihr Hotel gebracht, wo Sie die Zimmer beziehen und sich etwas ausruhen können. Nach einem späten Frühstück erkunden Sie die am Schatten des biblischen Berges Ararat gelegene armenische Hauptstadt, die eine der ältesten Hauptstädte der Welt ist. Ein schöner Spaziergang im Herz der Stadt führt Sie zum Opernhaus und dem Platz der Republik als Vorzeigefenster eines neuen, selbstbewussten Landes. Außerdem besichtigen Sie die beeindruckende Kaskade, die das Herz der Stadt bildet. Von hier hat man einen wunderschönen Blick. Übernachtung im Hotel in Jerewan

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 3

Aknaalich-See

Nach dem Frühstück fahren Sie in Richtung des Berges Azhdahak. Der Wanderweg führt Sie heute vom Dorf Sevaberd (2.000 m) zum Aknaalich-See am Fuße des Berges Azhdahak. Übernachtung in 1-2-Personen-Zelten auf der Höhe von 3.035 Metern.

Dauer Wanderung: ca. 5 Stunden / Entfernung: ca. 12 km / Aufstieg: 1.035 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 4

Berg Azhdahak (3.597 m)

Heute laufen Sie auf zum Gipfel des Berges Azhdahak (3.597 m), einem erloschenen Vulkan und dem höchsten Punkt des Gegham-Gebirges. Der schöne Aufstieg ermöglicht Ihnen, den langsamen, gleichmäßigen Rhythmus aufzubauen, der für langes Gehen in großer Höhe erforderlich ist.

Vom Gipfel eröffnen sich atemberaubende Panoramen auf den Sevan-See, den Berg Ararat und die weiten Flächen des Armenischen Hochlands. Übernachtung am Azhdahak in 1-2-Personen-Zelten auf 3.035 m

Dauer Wanderung: ca. 6 Stunden / Entfernung: ca. 9 km / Aufstieg: 600 m / Abstieg: 600 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 5

Trekking zum Vank-See

Am Morgen starten Sie Ihre Wanderung zum Vank-See auf 2.700 m. Ab und zu überqueren Sie kleine Flüsse und genießen den Anblick bunter Sommerwiesen. Entlang der Route sehen Sie viele prähistorische Drachensteine. Diese ca. 4.000 bis 6.000 Jahre alten, bis zu 5 Meter hohen Basaltsäulen, die Fisch-, Stier- oder andere Tierfiguren darstellen, wurden im armenischen Hochland auf 2.000–3.000 Metern Höhe gefunden und dienten vermutlich als Wasserkult-Stätten. Übernachtung in 1-2-Personen-Zelten am Vank-See auf 2.700 m

Dauer Wanderung: ca. 5 Stunden / Entfernung: ca. 11 km / Aufstieg: 500 m / Abstieg: 500 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 6

Höhlenkloster Geghard und Garni-Tempel

Sie beginnen die schöne Wanderung vom Vank-See ins Dorf Geghard. Der Weg führt vorbei an gemütlichen Picknickplätzen über eine schmale Schotterstraße in die wunderschöne felsige Schlucht hinab. Die Aussicht während der Wanderung ist fantastisch, mit herrlichen Panoramen auf die umliegenden Berge. Nehmen Sie sich Zeit, das einzigartige, in Fels gehauene Geghard-Kloster zu besuchen. Von hieraus fahren Sie anschließend mit dem Begleitfahrzeug zum Grani-Tempel, der in perfekter Harmonie mit der umliegenden Natur steht. Übernachtung im Gästehaus in Garni

Dauer Wanderung: ca. 7 Stunden / Entfernung: ca. 16 km / Aufstieg: 500 m / Abstieg: 500 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 7

Wanderung zur Kirchenruine Havuts Tar

Heute unternehmen Sie eine Wanderung zur alten Kirche von Havuts Tar, heute eine Ruine. Unterwegs sehen Sie die beeindruckende „Symphonie der Steine“ in der Garni-Schlucht, ein Naturschauspiel von optisch in der Luft hängenden, einzigartigen Basaltsteinformationen. Anschließend fahren Sie zurück nach Jerewan. Übernachtung im Hotel in Jerewan

Dauer Wanderung: ca. 4 Stunden / Entfernung: ca. 10 km / Aufstieg: 300 m / Abstieg: 300 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen

Tag 8

Traditionelles Armenien

Nach dem Frühstück machen Sie eine tolle Wanderung vom mittelalterlichen Kloster Haritschavank durch den Tannenwald zum Dorf Pemsashen. Im Dorf besichtigen Sie die Kirchenruine Arakelots aus dem 5. Jahrhundert. Anschließend besuchen Sie eine einheimische Familie im Dorf Pemsashen. Am Nachmittag fahren Sie nach Gyumri, der zweitgrößten Stadt Armeniens. Übernachtung im Hotel in Gyumri

Dauer Wanderung: ca. 3 Stunden / Entfernung: ca. 10 km / Aufstieg: 300 m / Abstieg: 300 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen

Tag 9

Auf nach Georgien

Heute fahren Sie nach Georgien. Nachdem Sie die Grenzformalitäten erledigt und sich von Ihrem armenischen Guide verabschiedet haben, laufen Sie über die armenisch-georgische Grenze, wo Sie Ihr georgischer Guide bereits erwartet. Gemeinsam fahren Sie zur Höhlenstadt Wardia, die in Felsen geschlagen ist.

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 10

Kutaissi und Swanetien

Am Vormittag besuchen Sie den Markt in Kutaissi und den beeindruckenden Gelati-Klosterkomplex aus dem 12. Jahrhundert mit der dazugehörigen Akademie (UNESCO-Weltkulturerbe), bevor Sie die Reise nach Swanetien antreten, welches durch seine einzigartige Hochgebirgslandschaft und lebendige Traditionen bekannt ist (Fahrt etwa 5-6 h). Übernachtung im Gästehaus in Mazeri

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 11

Wanderung am Berg Ushba zum Ushba-Gletscher (ca. 2.500 m)

Am Morgen fahren Sie in die benachbarte Ortschaft Schichra, wo Sie zu Ihrer heutigen Wanderung aufbrechen. Der Weg startet recht einfach und steigert sich zu einer anspruchsvollen Wanderung, bis Sie die malerische, an einer Felskante herabstürzende Wasserfälle erreichen. Es geht entlang des Flusses Dolra und durch zauberhafte dunkle Tannenwälder auf schmalen Pfaden auf einem Bergsattel unmittelbar bis an den Rand des Gletschers, wo Sie einen traumhaften Blick auf den Berg Ushba mit seinen 4.700 Metern Höhe haben. Übernachtung im Gästehaus in Mestia

Dauer Wanderung: ca. 8 Stunden / Entfernung: ca. 18 km / Aufstieg: 1.700 m / Abstieg: 1.900 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 12

Trekking Mestia – Mulachi

Am Morgen fahren Sie in die Ortschaft Mulachi, die für ihre zahlreichen mittelalterlichen Wachtürme in der Schlucht des Flusses Mulakhura bekannt ist. Von hier aus wandern Sie am Fuße des 4.975 m hohen Berges Tetnuli entlang. Die Felsen, die den Weg zum Tetnuli markieren, haben dem Berg den romantischen Namen „Weiße Königin“ gegeben. Der Berg ist ständig mit reichlich Schnee und Eis bedeckt, was die heutige Wanderung zu einer schönen und anstrengenden Angelegenheit macht. Vom Gipfel des Tetnuli kommen mehrere Gletscher herab. Übernachtung in Mulachi bei einer Privatfamilie

Dauer Wanderung: ca. 5 Stunden / Entfernung: 14 km / Aufstieg: 500 m / Abstieg: 300 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 13

Trekking Mulachi – Adishi

Nach dem Frühstück beginnen Sie Ihre ca. 6-stündige Wanderung zum Dorf Adishi und überqueren eine Fußgängerbrücke über den rechten Nebenfluss des Adishistsqali. Adishi liegt 2.121 Meter über dem Meeresspiegel und ist eines der höchstgelegenen Bergdörfer Europas. Heute leben hier nun noch 6 der einst 60 Familien. Im Sommer kehren jedoch immer mehr Familien und Menschen zurück. Das Bergdorf hat seine mittelalterliche Identität bewahrt. Sie erkunden das Dorf, unterhalten sich mit freundlichen Einheimischen und essen auf einem Bauernhof zu Abend. Übernachtung in Adishi bei einer Privatfamilie

Dauer Wanderung: ca. 6 Stunden / Entfernung: 11 km / Aufstieg: 800 m / Abstieg: 400 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 14

Trekking Adishi – Chkhuntieri Pass – Kalde – Iprali

Heute erwartet Sie ein spektakulärer Tag, der Sie über den 2.750 Meter hohen Chkhuntieri-Pass führen wird. Es geht über bunte Blumenwiesen bergauf, bis Sie den Pass mit seiner spektakulären Aussicht erreichen. Mit Blick auf das malerische Panorama gehen Sie über einen schmalen Wanderweg entlang des Flusses Khaldechala durch prächtige Alm- und Blumenwiesen, bis Sie die Ortschaft Iprali erreichen. Iprali liegt idyllisch oberhalb des Enguri-Flusses. Übernachtung in Iprali bei einer Privatfamilie

Dauer Wanderung: ca. 7 Stunden / Entfernung: 18 km / Aufstieg: 800 m / Abstieg: 850 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 15

Trekking Iprali – Ushguli

Durch dichten Wald und herrliche Blumenwiesen wandern Sie heute oberhalb des Enguri-Flusses nach Ushguli (2.150 m) welches UNESCO-Weltkulturerbe ist und auch als das höchste ganzjährig bewohnte Dorf Europas bezeichnet wird. Sie erreichen die Ortschaft am Nachmittag und wandern vorbei an den vielen eigentümlichen Wehrtürmen, teils aus alten, dunklen Steinen, teils auch neu erbaut. Im Zentrum von Ushguli verbringen Sie die Nacht. Übernachtung in Ushguli bei einer Privatfamilie

Dauer Wanderung: ca. 6 Stunden / Entfernung: 13 km / Aufstieg: 350 m / Abstieg: 100 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 16

Trekking Laghnuari

Heute besteigen Sie den Gipfel von Laghnuari (2.980 m). Von hier haben Sie einen tollen Blick – nicht nur auf den Berg von Schchara und die Mauer von Besengi, sondern auch auf den Berg Tetnuli. Im Nordosten sehen Sie den schönen Pass von Segari. Nach der Tour fahren Sie mit Jeeps nach Kutaissi, wo Sie übernachten. Übernachtung im Gästehaus in Kutaissi

Dauer Wanderung: ca. 5 Stunden / Entfernung: 10 km / Aufstieg: 860 m / Abstieg: 860 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 17

In der Höhlenstadt

Am Morgen besichtigen Sie die Stadt Gori (Geburtsstadt von Stalin). Der heutige Höhepunkt ist die Höhlenstadt Uplisziche, in der Sie noch Siedlungsspuren aus dem frühen 1. Jahrtausend v. Chr. entdecken können. Tempel, Altäre, Straßen, Hallen und Läden befinden sich in dieser antiken Höhlenstadt, die an der legendären Seidenstraße entlangführte. Übernachtung im Gästehaus in Gori

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 18

Mzcheta und Stadttour in Tiflis

Nach dem Frühstück machen Sie sich auf nach Mzcheta, der ehemaligen Hauptstadt Georgiens, die heute zu Recht zu den UNESCO Weltkulturerbestätten zählt. Nach einem ausführlichen Rundgang mit Besichtigung der Sweti-Zschoweli-Kathedrale sowie der hochgelegenen Djvarikirche geht die Route weiter in die Hauptstadt Tiflis (Tbilissi). Alle interessanten Baudenkmäler liegen dicht beieinander in der Altstadt, sodass Sie auf einem schönen Spaziergang die Sehenswürdigkeiten erkunden können. Zunächst besuchen Sie die Narikala-Festung und die Reiterstatue des Stadtgründers Wachtang Gorgassali. Mit dem Sessellift fahren Sie zur „Mutter Georgiens“. Von hier haben Sie einen tollen Blick auf die ganze Stadt. Durch den Park spazieren Sie über die Friedensbrücke zum Puppentheater. Der Rest des Tages steht Ihnen zur freien Verfügung. Genießen Sie ein letztes Mal die gute Küche Georgiens. Übernachtung im Hotel in Tiflis

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 19

Heimreise

Je nach Abflugzeit werden Sie heute mit einem Transfer zum Flughafen gebracht, von wo aus Sie Ihre Heimreise antreten.

Verpflegung

☺ Frühstück

Leistungen

Das ist inbegriffen

- ☒ Alle Transfers laut Programm mit einem modernen und klimatisierten Auto (Sprinter)
- ☒ Flughafentransfer bei An- und Abreise
- ☒ Alle Übernachtungen laut Programm (15, Übernachtungen in Hotels, Gästehäusern und bei Privatfamilien, 3 Übernachtungen in Zelten an Tagen 3-5)
- ☒ Verpflegung laut Programm
- ☒ Englischsprachiger professioneller Guide/Wanderführer während der Gesamtreise
- ☒ Deutschsprachige Stadtführung in Jerewan
- ☒ Alle Wanderungen und Trekkings laut Programm
- ☒ Alle Besuche, Museen und Eintritte laut Programm

Nicht enthalten

- ☒ Internationale Flüge (ab ca. 550,- Euro) – gern erstellen wir Ihnen ein Angebot
- ☒ Getränke und fehlende Mahlzeiten
- ☒ Alkoholische Getränke
- ☒ Einzelzimmerzuschlag
- ☒ Trinkgelder und persönliche Ausgaben
- ☒ Übergepäck und Extraleistungen
- ☒ Reiseversicherung

Fragen zur Reise?

Anja Göppner ☎ 0341/55 00 94-30 ✉ anja.goeppner@at-reisen.de

AT REISEN GmbH | 9

Termine

Bitte beachten Sie, dass sich folgende Termine auf den Stand des Datums beziehen, an dem Sie dieses Dokument herunter geladen haben. Die aktuellsten Preise und Termine entnehmen Sie bitte unserer Website.

So., 20.06.2027
 bis Do., 08.07.2027 • 19 Tage

2.950 € p. P.
 zzgl. Flug

So., 29.08.2027
 bis Do., 16.09.2027 • 19 Tage

2.950 € p. P.
 zzgl. Flug

 Etwaige Preisdetails, wie etwa der Einzelzimmer-Zuschlag oder andere Preisvariationen entnehmen Sie bitte unserer Website.

Wichtige Informationen zur Reise

Zum Land

Visum

Deutsche und EU-Staatsangehörige benötigen für die Einreise und den Aufenthalt von bis zu 180 Tage pro Kalenderjahr unabhängig vom Reisezweck kein Visum. Die Visafreiheit gilt für sämtliche Reisezwecke. Die Einreise muss mit einem gültigen Reisepass erfolgen. Der Reisepass muss noch mindestens sechs Monate über das Ende der Reise hinaus gültig sein. Die Einreise mit einem Personalausweis ist nicht möglich.

Sicherheit

Armenien ist generell ein sicheres Reiseland mit geringer Kriminalität. Ausnahme bilden Konfliktregionen und Grenzgebiete, die wir nicht bereisen. Ansonsten sollten die üblichen Vorsichtsmaßnahmen beachtet werden. Bitte beachten Sie hierzu auch die aktuellen Sicherheitshinweise des Auswärtigen Amtes.

Klima

Armenien liegt geografisch zwar in einem subtropischen Gebiet, besitzt wegen der großen Höhendifferenzen aber sehr unterschiedliche Klimazonen. Der größte Teil des Landes hat ein eher kontinentales Klima mit heißen, trockenen Sommern und kalten Wintern. Die beiden umliegenden Meere, das Kaspische Meer und das Schwarze Meer, sorgen für einen gewissen klimatischen Ausgleich und verhindern extreme Schwankungen. Die hohen Gipfel des Kaukasus wirken starken Kälteeinbrüchen von Norden her entgegen. In den Tälern und Niederungen ist das Klima kontinental, wobei die Temperaturen im Sommer mittags meist über 30 °C liegen. Circa 90 % des Landes sind gebirgig. Niederschläge gibt es vor allem im Frühling und im Herbst. Im Winter, zwischen Dezember und März, fällt das Thermometer mit durchschnittlichen Temperaturen zwischen -5 und -10°C fast täglich unter den Gefrierpunkt.

Reisezeit

Die beste Reisezeit für Armenien sind die Monate Mai und Juni sowie September und Oktober. In diesen Zeiträumen sind die Temperaturen angenehm warm und ideal für Besichtigungen, Wanderungen und Kulturreisen. Der Frühling bietet blühende Landschaften, während der Herbst (besonders September) stabiles Wetter verspricht. Der Zeitraum Juli und August ist weniger geeignet, da die Temperaturen relativ hoch sind (30 bis 40 Grad) und es zudem sehr trocken ist.

Fragen zur Reise?

Anja Göppner  0341/55 00 94-30  anja.goeppner@at-reisen.de

AT REISEN GmbH | 10

Zeitunterschied

Armenien ist Deutschland zeitlich voraus. Während der europäischen Winterzeit beträgt der Unterschied +3 Stunden. Da in Armenien keine Sommerzeitumstellung stattfindet, beträgt der Unterschied während der europäischen Sommerzeit (März-Oktober) +2 Stunden.

Medizinische Versorgung

Die medizinische Versorgung in Jerewan ist gut, entspricht aber oft nicht europäischem Standard. In ländlichen Gebieten ist die medizinische Infrastruktur oft unzureichend. Es existiert keine flächendeckende kostenlose Gesundheitsversorgung, Behandlungen müssen in der Regel direkt in bar bezahlt werden. Eine private Auslandsrankenversicherung wird dringend empfohlen.

Apotheken sind in Städten gut verbreitet, aber Spezialmedikamente können knapp oder nicht verfügbar sein. Es wird empfohlen, eine eigene Reiseapotheke mitzuführen.

Impfungen

Für die direkte Einreise nach Armenien sind keine Pflichtimpfungen vorgeschrieben. Es wird jedoch dringend empfohlen, die Standardimpfungen (Tetanus, Diphtherie, Polio, Masern) zu überprüfen und Impfungen gegen Hepatitis A, Hepatitis B und Tollwut in Betracht zu ziehen.

Sprache

In Armenien spricht man Armenisch. Die Amtssprache sprechen 95 Prozent der Einwohner. Wichtigste Zweitsprache ist Russisch. Es wird von etwa 100.000 Menschen als Muttersprache gesprochen.

Ein Großteil der Bevölkerung hat zumindest Grundkenntnisse im Russischen. Außerdem werden in Armenien noch einige Minderheitensprachen gesprochen, dazu gehören Ukrainisch, Georgisch, Griechisch, Aramäisch und Türkisch.

Währung

Die offizielle Währung Armeniens ist der armenische Dram (AMD). Ein Euro sind etwa 437 AMD (Stand: 04/2026). Der Euro und andere ausländische Währungen werden nicht akzeptiert. Geldautomaten gibt es in Jerewan und am Flughafen. Um Geld abheben zu können benötigen Sie eine Kreditkarte oder eine EC-Karte mit dem „Maestro“-Zeichen. Außerhalb der Hauptstadt sind Geldautomaten eher dünn gesät, es empfiehlt sich daher immer ausreichend Bargeld mit sich zu führen. Auch internationale Kreditkarten werden oft nur in gehobenen Geschäften, Restaurants und Hotels akzeptiert.

Ernährung

Die armenische Küche ist eine der ältesten in Transkaukasien, geprägt von frischen Zutaten, Kräutern, Weizen (Bulgur), Auberginen und Milchprodukten. Typisch sind gegrilltes Fleisch (Khorovats), gefüllte Weinblätter (Tolma) und das UNESCO-kulturerbe-geschützte Fladenbrot Lavash. Die Ernährung ist geschmacksintensiv, oft mit Lamm oder Rind, aber auch reich an vegetarischen Optionen.

Trinkwasser

Das Leitungswasser in Armenien ist offiziell trinkbar, wird jedoch nicht überall empfohlen, da die Qualität je nach Region variieren kann. Reisende sollten in ländlichen Gebieten auf abgefülltes Wasser zurückgreifen, um Magenbeschwerden zu vermeiden. In Städten wie Jerewan ist das Leitungswasser in der Regel von guter Qualität.

Über uns

Hinweis zu Reiseänderungen

Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass es zu Verzögerungen, Routenänderungen oder Programmumstellungen kommen kann – bedingt durch ungünstige Verhältnisse, schlechtes Wetter, organisatorische Schwierigkeiten, Nationalparkregulierungen etc. Sie sollten daher Abenteuergeist mitbringen, verbunden mit der Bereitschaft auf Komfort zu verzichten und ggf. Toleranz und Geduld zu üben.

Bei einem vorzeitigen Abbruch einer Berg- oder Trekkingtour oder Rundreise/Safari besteht kein Anspruch auf Kostenerstattung. Die dadurch zusätzlich anfallenden Kosten (Vorortpreise der Hotels, alle Transfers, u.a.m.) sind vom Reisenden selber zu tragen. AT Reisen übernimmt keine Haftung für die Funktionsfähigkeit der persönlichen Ausrüstung der Reiset Teilnehmer. Dies gilt auch, soweit dieses Equipment durch die Reiset Teilnehmer vor Ort geliehen/ gemietet wird.

Versicherungen

Wir empfehlen Ihnen die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung bzw. die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung inkl. Reiseabbruch-Versicherung der ERGO Versicherung. Dieses Paket mit RRV oder Rundum Sorglos Schutz können Sie als Einmalschutz oder als Jahresversicherung (meistens preiswerter) bis 30 Tage vor Abreise abschließen.

Gerne senden wir Ihnen den Link zu und stehen Ihnen beratend zur Seite. Infos und Abschluss unter:

<https://www.at-reisen.de/reiseversicherung>.

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Für diese Reise gelten die AGB von AT REISEN GmbH. Diese finden Sie auf unserer Internetseite.

Veranstalter

AT REISEN GmbH Leipzig

Hinweis Kursschwankungen

Wir möchten anmerken, dass bei erheblichen Kursschwankungen des Euros nach unten muss der Preis angepasst werden. Der aktuell dargestellte Preis basiert auf dem Kurs vom 05/2026.



Ich packe meinen Koffer und nehme mit...

Drucken Sie sich gerne diese Liste aus und kreuzen sie ab, damit Sie nichts vergessen.

Folgende Ausrüstungssachen empfehlen wir:

- ☐ Trekkingrucksack oder Reisetasche ab 60 Litern
- ☐ Tagesrucksack ca. 25 - 40 Liter Volumen, auch als Handgepäck verwendbar (mit Regenschutz)
- ☐ Reisepass, Impfausweis, Flugtickets
- ☐ Bargeld und Kreditkarte(n)
- ☐ 1 Paar knöchelhohe Trekkingschuhe (Leichtbergschuhe) mit kräftiger Profilsohle (gut eingelaufen)
- ☐ 1 Paar Sport - oder Turnschuhe
- ☐ 1 Paar Trekkingsandalen oder Schlappen/Zehentrenner etc.
- ☐ 1 Gore-Tex -Regenjacke (wind - und wasserdicht)
- ☐ Fleecepullover oder Fleecejacke , ggf. Daunenjacke o.ä.
- ☐ Lange Hosen (davon 1 Trekkinghose und ggf. 1 Regenhose)
- ☐ kurze Hosen
- ☐ 1- 2 langärmelige Baumwoll - oder Leinenhemden
- ☐ T- Shirts
- ☐ Funktionsunterwäsche, warme Socken, Mütze, Handschuhe
- ☐ Badebekleidung und Handtuch (z.B. Mikrofaser)
- ☐ Schlafsack bis -5 Grad Komforttemperatur
- ☐ 1 Paar Teleskop -Wanderstöcke als Gehhilfe
- ☐ Waschtasche (Seife, Shampoo etc. in kleinen Dosierungen)
- ☐ 1 Trinkflasche zum Wiederbefüllen
- ☐ Sonnenhut/Cap, Sonnenbrille, gute Sonnencreme
- ☐ Papiertaschentücher, Feuchttücher (für die Hygiene), Ohropax
- ☐ Fotoausrüstung, evtl. Fernglas
- ☐ gegen Verdauungsstörungen, Erkältung, Kopfschmerz, Kreislauf ; Pflaster
- ☐ Insektenschutz
- ☐ ggf. Nähzeug, Waschmittel für die kleine Wäsche zwischendurch
- ☐ Wasserfeste Pack - oder Plastikbeutel (für die bessere Übersicht im Gepäck und zum Nässechutz), zusätzlich Beutel für die Schmutzwäsche und Problem Müll, den Sie wieder mit nach Hause nehmen (z. B. Batterien)
- ☐ Reiseliteratur , Buch oder E -Book

Fragen zur Reise?