

LIBANON-05-2026-WANDERREISE



Tour Title:

Libanon

Tour Subtitle:

Wanderreise

Tour Date:

29. Mai 2026 bis 07. Juni 2026

Auf der einen Seite zahlreiche historische Weltkulturerkmäler, die berühmte libanesischen Küche, atemberaubende Gebirgslandschaften, mondäne Skigebiete, Beachclubs und Weingüter sowie ein pulsierendes Nachtleben. Auf der anderen Seite ein zerstörerischer Bürgerkrieg, dessen Narben über 30 Jahre später noch sichtbar und spürbar sind, lebhaftige Proteste gegen die anhaltende Korruption im Land, die verheerende wie bezeichnende Hafenexplosion, bedrückende Armut in Flüchtlingslagern und die massive Zerstörung in Teilen des Landes israelischen Angriffen.

Wie kaum ein anderes Land vereint der Libanon auf einer Fläche halb so groß wie Hessen unterschiedlichste Facetten. Kulturell und politisch Interessierte können den Brückenkopf zwischen der arabischen Welt und Europa als Ort der Gegensätze kennen lernen – weltoffen, lebensfroh, konservativ und widersprüchlich zugleich.

Preis

Normalpreis

1.989 €

Normalpreis

Ermäßigt

1.789 €

Ermäßigt

Jetzt anmelden

Content Left Column:

Unsere Wanderreise auf dem „Lebanon Mountain Trail“ (LMT) beginnt in der modernen Metropole Beirut. Dort begeben wir uns auf die Spuren des Bürgerkriegs, der „Zedernrevolution“, der „Whatsapp-Revolution“ und der Hafenexplosion. Wir lernen Bewohner*innen der Stadt kennen und sprechen mit Ihnen über Themen wie Klientelismus, die marode Wirtschaft und Migration. Wer abends noch Energie hat, kann in das legendäre Nachtleben der Stadt eintauchen.

Anschließend geht es in die Berge: An den ersten Wandertagen durchqueren wir die Schlucht des Barouk-Flusses sowie die prächtigen Zedernwälder im drusisch-christlich geprägten Chouf-Gebirge und können, bei guter Sicht, Saïda und das Mittelmeer erblicken. Thematisch werden wir uns mit der religiösen Minderheit der Drusen auseinandersetzen und mit der gewaltvollen interkonfessionellen Vergangenheit des Landes, welche im Chouf-Gebirge zu Zeiten des Bürgerkriegs besonders ausgeprägt war.

Die Königsetappe führt uns über den Hauptkamm des Libanon-Gebirges in die fruchtbare Bekaa-Ebene bis hin zum Qaraoun-See. Unweit der syrischen Grenze sprechen wir über die Auswirkungen des Krieges im Nachbarland

auf den Libanon. Übernachten werden wir im Gästehaus der Schneller-Schule, einem Schulprojekt für sozial benachteiligte Kinder. Diese befindet sich malerisch gelegen, nur wenige Kilometer vom Ende unserer Wanderung entfernt.

Content Right Column:

In der Bekaa-Ebene unternehmen wir eine kleine Wanderung zum Sumpfgebiet Hawsh Ammiq und besichtigen nachmittags die imposante römische Tempelanlage in Baalbek sowie einen schiitischen Schrein. In der mehrheitlich von Schiit*innen bewohnten Stadt thematisieren wir die Rolle der Hisbollah im Libanon.

Nach einem Bustransfer über den Kamm des Libanon-Gebirges nach Aqoura stehen die nächsten beiden Wanderungen auf dem Programm. Zum einen werden wir einen Höhenweg durch spektakuläre Landschaft bis zu den Wasserfällen von Balou Balaa nehmen, wobei wir den höchsten Punkt unserer Wanderung auf 2.200 Metern erreichen und wahrscheinlich Schnee sehen. Zum anderen steht das bekannteste Tal des Libanon auf dem Programm: Das fruchtbare Weltkulturerbe Qadisha beherbergt zahlreiche Grotten christlicher Einsiedler. Dort werden wir uns der Verquickung von Religion und Politik am Beispiel der Maroniten widmen. Wir werden in zwei Nächte in einem Gästehaus unterkommen, das als eines der schönsten im Land gilt.

Nach knapp 100 Kilometern über Stock und Stein lassen wir schließlich in der sunnitischen Hafenstadt Tripoli Beine und Seele baumeln. Meeresbrise, kristallklares Wasser bei den Palmeninseln, mamlukische Architektur, ein lebhafter Markt und die leckersten Süßwaren des Landes warten auf uns. Auf dem Weg nach Beirut machen wir ggf. noch einen Stopp im malerischen Byblos, eine der ältesten Städte der Welt mit pittoresker Altstadt und schönen Sandstränden. Die Reise endet in Beirut.

Array



Tour Übersicht	
START:	Beirut
ENDE:	Beirut
DAUER:	10 Tage / 9 Nächte
TRANSPORT:	Privater Reisebus / zu Fuß
UNTERKUNFT:	Mittelklassehotels und Gästehäuser
ZUSCHLAG FÜR EINZELZIMMER:	440 €
SPRACHE:	Toursprache ist Deutsch, Treffen auf Englisch / Arabisch mit Übersetzung

Info Box:

Hinweis: Aktuell besteht für den Libanon eine Reisewarnung des Auswärtigen Amts. Wir sind zwar positiv gestimmt, dass sich die Lage in der Region wieder beruhigt, behalten uns aber vor, die Reise abzusagen, sollten wir oder unsere lokalen Partner ein Sicherheitsrisiko für unsere Teilnehmenden sehen. Wir raten deshalb davon ab, Flüge zu buchen, bevor wir die Durchführung der Reise bestätigt haben (in der Regel spätestens 6 Wochen vor Reisebeginn). Danke für euer Verständnis.

Leistungen

Im reisepreis inbegriffen:

- 4 Nächte in guten Mittelklassehotels
- 5 Nächte in malerischen Gästehäusern (teils Doppel-, teils Vierbettzimmer)
- Vollpension light (Morgens und Abends reichhaltig, tagsüber auf den Wanderungen Snacks, Sandwiches und Obst)
- Begleitung durch deutschsprachige Reiseleitung
- Sämtliche Eintritte zu Sehenswürdigkeiten und Aktivitäten
- Transport im privaten Reisebus
- Gepäcktransport zwischen den Wanderungen

Zusätzliche leistungen:

- An- und Abreise mit dem Flugzeug (siehe [hier](#))
- Reiserücktrittskostenversicherung (siehe [hier](#))
- Persönliche Ausgaben vor Ort (z.B. alkoholische Getränke)
- Trinkgelder
- Transfers vom Flughafen zum Hotel und zurück (Sammeltransporte bei gleichzeitiger Ankunft können arrangiert werden)
- Einzelzimmerzuschlag

Bei einer Buchung bis zum 29.11.2025 **Frühbucher-Rabatt** sichern! Weitere Infos [HIER](#).

Der Reiseverlauf:

Tag 1: Ankunft / Beirut

- Kennenlernen und Vorstellungsrunde
- Einführung in das Reiseprogramm
- Erster Stadtspaziergang im Stadtteil Hamra, zur American University bis nach Downtown
- Abendessen in einem der berühmten Restaurants von Beirut

Tag 2: Beirut

- Einführung zu Geschichte, Gesellschaft und Politik des Libanon
- Stadttour auf den Spuren des Bürgerkriegs und der „Zedernrevolution“, Besuch des Ostbeiruter Stadtviertels Ashrafieh
- Thematisierung der Situation von palästinensischen und syrischen Geflüchteten im Libanon
- Nachmittags Abfahrt ins Chouf-Gebirge und Unternehmung einer kleinen Wanderung entlang des Barouk-Flusses

Tag 3: Wanderung im Chouf-Gebirge

- Wanderung durch die Zedernwälder von Barouk und Maaser Chouf (ca. 14 km, 700 Höhenmeter)
- Auseinandersetzung mit der Geschichte und Glaubensdoktrin der Drusen
- Das Chouf-Gebirge im Bürgerkrieg: Gespräch zu Interkonfessionellen Kämpfen, Flucht und Vertreibung und den Nachwirkungen der gewaltvollen Vergangenheit
- Übernachtung im malerischen Bergdorf Khraibeh

Tag 4: Wanderung auf dem Barouk River Trail

- Wir bleiben an diesem Tag im Chouf-Gebirge
- Wanderung von Moukhtara nach Marj Bisria (ca. 14 km, wenige Hundert Höhenmeter)
- Übernachtung im malerischen Bergdorf Khraibeh

Tag 5: Wanderung von Jezzine nach Aitanit

- Wanderung von Jezzine über den Hauptkamm des Libanon-Gebirges nach Aitanit am Qaraoun-See (ca. 15 km, 950 Höhenmeter)
- Angekommen in der Bekaa-Ebene sprechen wir über die (land-)wirtschaftliche Bedeutung der Region
- Gespräch über die Auswirkungen des Kriegs im nahe gelegenen Syrien auf den Nachbarstaat
- Übernachtung im Gästehaus der Schneller-Schule

Tag 6: Schneller-Schule und Baalbek

- Kleine Wanderung zum Sumpfgebiet von Hawsh Ammiq
- Geführte Tour durch die Schneller-Schule
- Besichtigung der römischen Tempelanlagen von Baalbek
- Fahrt am späten Nachmittag durch die Bekaa-Ebene nach Aqoura (ca. 1,5h)
- Übernachtung im wunderschönen Guita-Gästehaus

Tag 7: Wanderung durch das Wadi Jouz

- Wanderung von Aqoura über das Wadi Jouz nach Baloua Balaa (ca. 14 km, 800 Höhenmeter)
- **Gesprächsthemen:**
 - Die maronitischen Christen: Geschichte und politische Rolle im Libanon
 - Die Ausprägung eines maronitisch-phönizischen Nationalismus im Libanon
 - Die jahrhunderte alte Rivalität zwischen den Städten Ehden und Bcharreh: Fokus auf die Politik-Dynastien Franjeh und Geagea
- Übernachtung im wunderschönen Guita-Gästehaus

Tag 8: Wanderung im Wadi Qadisha

- Wanderung im Wadi Qadisha bis nach Bcharreh (ca. 14 km, 500 Höhenmeter)
- **Gesprächsthemen:**
 - Das Wadi Qadisha: Wiege der Maroniten im Libanon und Weltkulturerbe
 - Klöster und Grotten: Das Tal als Zuflucht der Patriarchen und Einsiedler
 - Ggf. Besuch des Gibran-Museums in Bcharreh
- Am frühen Abend Weiterfahrt nach Tripoli, Übernachtung im Hafenviertel Al-Mina von Tripoli

Tag 9: Tripoli und Byblos

- Fahrt nach Tripoli
- Besuch der Kreuzfahrerburg und der lebhaften Altstadt von Tripoli
- Ggf. Freizeit im von Oscar Niemeyer konzipierten Messegelände
- Nachmittags besteht die Möglichkeit, in Byblos im Marktviertel zu schlendern, archäologische Ausgrabungen zu bestaunen oder am Strand zu entspannen
- Abendliche Rückkehr nach Beirut. Es besteht die Möglichkeit, mit uns in das legendäre Nachtleben Beiruts einzutauchen

Tag 10: Abreise / Beirut

- Nach dem Frühstück endet unsere Reise offiziell.
- Wir empfehlen eine individuelle Verlängerung für die, die Zeit haben. Für Tipps und Orga spricht uns gerne an.

Hinweis: Physische Anforderungen und Fitnesslevel

Die Teilnahme an der Reise erfordert eine ordentliche Fitness und Kondition, um 10-20 Kilometer am Tag wandern zu können. Durch unser gutes Netzwerk vor Ort können wir in Notfällen einen Transport mit unserem Bus sicherstellen. Abgesehen von einer Wanderung können wir müde Teilnehmer*innen auf dem Weg einsammeln und ins Gästehaus zurückbringen.

Apropos Gästehäuser: Wir sind während der Reise in größtenteils wunderschönen und individuell eingerichteten Unterkünften untergebracht. Unterkunft und Verpflegung sind während dieser Reise absolute Highlights.

Hinweis: Gepäck

Ihr habt täglich Zugang zu eurem großen Gepäck (wird an die Etappenziele per Bus gebracht). Daher benötigt ihr also nur einen Tagesrucksack für die Wanderungen.



Begegnungen

Auch auf unserer Wanderreise werden Begegnungen mit Menschen und Gespräche mit Organisationen vor Ort ein wichtiger Bestandteil der Reise sein.

Zedernwälder

Zedern - früher das wichtigste Exportgut und heute das Nationalsymbol des Landes. Manche der Bäume im libanesischen Gebirge sind mehrere tausend Jahre alt.

Qadisha Tal

Das „Tal der Heiligen“ im Norden des Landes beeindruckt durch eine einzigartige Natur und die zahlreichen Klöster, die zum Teil nur zu Fuß zu erreichen sind.

Tripoli

Größte Stadt im Nordlibanon, die historisch stark gen Syrien orientiert war. Auch das Stadtbild ähnelt dem von Städten im kriegsversehrten Nachbarland.



Beirut

Pulsierendes Zentrum des Libanon, in dem die Narben des Bürgerkriegs sichtbar werden. Zugleich besticht die Stadt durch Lebensfreude und eine lebhafte Zivilgesellschaft.

Im Reisepreis inbegriffen:

Der Lebanon Mountain Trail (LMT):

Das Magazin National Geographic hat vor wenigen Jahren einen spannenden [Artikel zum LMT](#) veröffentlicht. Das dabei mit veröffentlichte Video zeigt die landschaftliche Vielfalt und Schönheit dieses Wanderpfades.

Reisebegleitung



Christoph Dinkelaker

Christoph ist Mitgründer des Alsharq-Projekts und hauptverantwortlich für den Reisebereich. Seit mehr als zehn Jahren begleitet er Reisen in Israel & Palästina, Libanon, Jordanien, Oman, Irakisch-Kurdistan und der Türkei. Als leidenschaftlicher Wanderer hat er sich in den letzten Jahren auf Natur-Reisen spezialisiert. Im Libanon hat er mehrere Jahre gelebt und gearbeitet.

Reisehinweise Ende:

Die Alsharq REISE GmbH behält sich vor, die Reise bei zu geringer Teilnehmendenzahl abzusagen. Wir empfehlen daher, mit der Flugbuchung auf die endgültige Zusage der Reisedurchführung seitens Alsharq Reise GmbH zu warten.

Jetzt anmelden



