


# Sinai Mountains Trails 2027

14. marts til 21. marts.



**Adventure for Charity**  
- til fordel for Legeheltene



**Vi skal på en 5-dages vandretur gennem dalene og bjergene omkring St. Catherine Mountains Trails.**

Vi vil bruge denne tid på at udforske de unikke stier på Sinai. Vi vandrer fra Saint Catherine by hele vejen til Wadi Gebal. Da stien ikke er tilgængelig med bil, vil vi have kameler til at bære vores campingudstyr, mad og vandforsyning samt vores tasker.

Kamelerne bruges kun til at transportere logistik og kun i nødstilfælde. Vi rider ikke på kamelerne. Vi skal selv bære vores dagtursrygsæk, hvori vi har vand og snacks, så sørg for at pakke så let som muligt. Soveposen bør ikke veje mere end 1,8 kg, og tasken bør ikke veje mere end 20 kg.

Vi går i normalt tempo i 6-7 timer om dagen, og hvis det er nødvendigt, ændrer vi ruten for at gøre vandreturen så komfortabel som muligt.

Under vandreturen vil vi besøge haver, der tilhører de lokale, som bor i området, bestige et par flotte bjergtoppe og nyde en svømmetur, når vi finder naturlige pools, hvis vejret tillader det.

Vores lokale guider er beduiner fra Gibalya-stammen, som er meget passionerede omkring deres arbejde. De kender området som deres egen bukselomme, og de besvarer med glæde alle de spørgsmål du måtte have.

# Holdets guide

Hovedguiden vil være Ahmed Mousa fra Gibalya-stammen, og resten af teamet vil også være fra hans stamme.

Ahmed voksede op i Wadi El-Raha, en landsby nær Sankt Katarina. Han begyndte som guide i en ung alder og har en imponerende viden om Sinais højland.

Hans andet ekspertiseområde er Sinais planter og dyr. Han er barnebarn af den berømte Dr. Ahmed – en beduinsk urtelæge – som han lærte fra.

Når Ahmed ikke arbejder som guide, bruger han stadig sin tid i bjergene, hvor han går ture, lærer nye ting, passer sin familie og plejer sin frugthave nær sit hjem.

Sammen med Naser Mansour – som også er fra Jebeleya-stammen – har Ahmed medlem af Sinai Trail Bedouin Cooperative i 2 år.



# Dagsprogram

**Ankomstdag:** Overnatning i Sharm el Sheik

## **Dag 1: Fra Sharm El-Sheikh til Saint Catherine byens lokale lejr**

Omkring middagstid vil en af vores chauffører møde jeres gruppe på jeres hotel i Sharm El-Sheikh for transporten til Saint Catherine. Ved ankomsten vil I blive varmt modtaget i Fox Camp af en af vores lokale beduinguider, som vil hjælpe jer med check-in og følge jer til jeres komfortable dobbeltværelser.

Om aftenen samles vi til en traditionel middag i lejren, efterfulgt af en afslappet aften med beduinmusik omkring bålet. Dette er et særligt øjeblik til at slappe af efter rejsen, knytte bånd med det lokale team og nyde atmosfæren i Sinai-bjergene under stjernerne.

Efter aftenprogrammet vil gruppen hvile og sove for at forberede sig på starten af vandreturen den følgende dag.

Bemærk: Indkvarteringen vil være i dobbeltværelser med private badeværelser en suite.

## **Dag 2: Fra Fox Camp til Saint Catherine Kloster til Sinaibjerget**

Om morgenen, efter morgenmaden, vil I møde en af guiderne, som vil byde jer velkommen og forberede nogle nødvendige ting til vandreturen, mens I gør jeres tasker klar.

Vi besøger Sankt Katarina Kloster, inden vi starter vandreturen.

Derefter tager vi tilbage med bil til starten af ruten ved siden af Fox Camp for at vandre til toppen af Sinaibjerget via Wadi Shureij og derefter ad stien med de gamle kirker, hvor vi vil spise frokost. Derfra fortsætter vi til toppen af bjerget via 750 bjergtrapper for at nyde udsigten fra toppen og eventuelt solnedgangen, hvis gruppen ønsker det.

Efter turen til toppen eller solnedgangen går vi ned til campingområdet i Wadi El-Arabian, der ligger mellem bjergtoppene på Sinaibjerget og Sankt Katarina-bjerget, hvor vi tilbringer vores første nat og nyder en middag tilberedt omkring bålet under stjernerne.

**Vandredistance:** 9,90 kilometer

**Højdeforskel:** 779 meter

**Omtrentlig højde over havets overflade:**

- Sankt Katarina By: 1550 meter
- Sinaibjerget: 2285 meter
- Wadi El-Arbain: 1530 meter

# Dagsprogram

## Dag 3: Fra Mount Catherine til Wadi El-Shaq

Om morgenen spiser vi morgenmad, hvorefter vi vandrer gennem Wadi Shaq Mousas zigzagrute op til toppen af Sankt Katarina-bjerget for at nyde den fantastiske udsigt. Derefter spiser vi frokost på toppen eller i nærheden af den på vej ned.

Herefter går vi ned ad en klippesti i cirka 40 minutter. Derefter bevæger vi os gennem et klippefyldt område i omkring 1,5 time, inden vi fortsætter gennem Wadi Mathar.

Til sidst ankommer vi til haven i Wadi El-Shaq, hvor vi slår lejr og nyder aftenen i den gamle have.

**Vandredistance:** 12,43 kilometer

**Højdeforskel:** 1000 meter

**Omtrentlig højde over havets overflade:**

- Wadi El-Arbain: 1530 meter
- Sankt Katarina-bjerget: 2642 meter
- Wadi El-Shaq: 1840 meter

## Dag 4: Fra Mount Abbas til Secret Garden

Om morgenen spiser vi morgenmad og begynder derefter vores vandretur fra Wadi Al-Shaq til Wadi Al-Zawatin, hvor vi passerer gamle haver undervejs. Derfra bestiger vi en glat og klippefyldt sti, der fører os til toppen af Mount Abbas Basha. På toppen vil vi se fundamentene af det ufærdige palads og nyde en betagende panoramisk udsigt over byen. Frokosten vil blive nydt på toppen eller i nærheden, afhængigt af forholdene.

Efter frokosten går vi ned via en bjergsti til den hemmelige have for at tilbringe natten i Wadi Boali'.

**Vandredistance:** 8,55 kilometer

**Højdeforskel:** 944 meter

**Omtrentlig højde over havets overflade:**

- Wadi El-Shaq: 1840 meter
- Mount Abbas: 2383 meter
- Den Hemmelige Have: 1890 meter

# Dagsprogram

## Dag 5: Fra El-Galt El Azraq til Saqar Canyon

Vi spiser morgenmad, og fra haven går vi mod en naturlig swimmingpool via Wadi Al-Tabaq, derefter til Ain Abu Hobeik, og derfra fortsætter vi gennem et område med klippeblokke og en klippefyldt bjergsti, indtil vi når Blue Galt. Her kan vi svømme, hvis vejret tillader det, og spise frokost afhængigt af vores tidsplan.

Derefter vandrer vi op ad en lille zigzagrute til Farsh Umm Silah og videre til Wadi Abu Tuwaytah, hvor vi passerer gennem Shaq Saqr ("Saqar Canyon") for at nå campinghaven i Wadi Saqr.

**Vandredistance:** 12,69 kilometer

**Højdeforskel:** 405 meter

**Omtrentlig højde over havets overflade:**

- El-Galt El-Azraq: 1648 meter
- Saqar Garden: 1750 meter

## Dag 6: Fra Mount Na'ga til St. Catherine til lokal camp

Om morgenen vandrer vi fra Wadi Saqar til Mount Na'ga-stien og op til toppen af bjerget for at nyde den fantastiske panoramaudsigt over El-Tih Plateau og Wadi Sheikh Awad-landsbyen. Derefter vandrer vi ned til Kharazet El-Shaq, hvor vi spiser frokost.

Efter frokosten begynder vi nedstigningen via Shaq Tenya-stien til Wadi Atlah og derefter op til Abu Seila-landsbyen, hvor vi ved dagens afslutning tager en bil tilbage til lejren.

Når vi er tilbage i den lokale lejr, får I jeres tasker igen. Herfra arrangeres transport til Sharm el Sheik, hvor sidste overnatning finder sted. Dagen sluttes af med fælles middag.

**Vandredistance:** 11,04 kilometer

**Højdeforskel:** 542 meter

**Omtrentlig højde over havets overflade:**

- Mount Na'ga: 1865 meter
- Sankt Katarina By: 1600 meter

**Hjemrejse dag:**

Transfer fra hotellet til Sharm el Sheik lufthavn.

# Guidelines

## **Affald og skrald**

Hver dråbe vand er dyrebar i ørkenen, både i mængde og kvalitet. Behandl det derfor som en værdifuld ressource. Først og fremmest: Spild ikke vand, og brug det ikke til unødvendige ting. Ved dedikerede drikkekilder, som vi vil passere og bruge, er det vigtigt at holde dem rene. Vask ikke hænder eller ansigt i dem, børst ikke tænder osv.

## **Vandbesparelse**

Hver eneste dråbe vand er dyrebar i ørkenen – både hvad angår mængde og kvalitet. Behandl det som den værdifulde ressource, det er. For det første: Spild ikke vand, og brug det ikke til formål, der ikke er nødvendige. Ved udpegede drikkekilder, som vi passerer og muligvis bruger, er det vigtigt at holde dem uberørte. Vask ikke hænder eller ansigter i dem, børst ikke tænder osv.

## **Toiletbesøg**

Der er kun få steder med udpegede toiletter under enhver udendørs eventyrtur; selv da er de ofte enkle hul-i-jorden-toiletter. Når du har brug for at gå på toilettet, så find et afsides sted – f.eks. bag en klippe – mindst 100 meter fra den nærmeste vandkilde. Medbring en cigarettænder og brænd eventuelt toiletpapir på stedet – det kan ofte brænde, selvom det er vådt, eller læg det i en forseglingsbar plastikpose for at bære det med dig. Husk altid at fortælle din guide eller leder, hvis du tager en toiletpause, så de kan sikre, at du ikke bliver væk fra gruppen.

## **Støt lokale samfund**

Vi har privilegiet at besøge afsidesliggende steder og interagere med samfund, som de fleste turister aldrig vil opleve. Vi beder vandrere om at klæde sig i overensstemmelse med lokale normer og bære lange bukser for at dække deres ben, ligesom beduinerne gør. Spørg om tilladelse, før du tager billeder af lokale, især beduinkvinder.

# Hvad kan du forvente?

## Vejret

Saint Catherines unikke vejr skyldes dens 1600 meter høje bjerge og dale. Vi foretrækker at afholde denne tur om foråret og efteråret, hvor dagtemperaturerne er lavere og mere behagelige til vandring (normalt mellem 15 og 30 °C). Vinternætterne kan være meget kolde, men tæpper og soveposer stilles til rådighed for sikkerhedens skyld. Præcise oplysninger er afgørende for at forstå vejrforholdene, og når datoen for turen nærmer sig, vil vi kunne indsamle information om de vejrforhold, vi skal møde. Det er vigtigt at være godt forberedt på alle forhold – både varmt og koldt vejr – med det rigtige tøj og godt udstyr.

## Mad

Du vil få serveret tre ekstremt lækre beduinmåltider tilberedt over bål under hele turen, og du kan også hjælpe med madlavningen, hvis du har lyst. Morgenmad består normalt af æg, ost, bønner, honning og marmelade. Frokost er lettere og består af salat, grillet aubergine, tun-salat, kartoffelmos og hvid ost. Aftensmad byder på fantastisk beduinkøkken, som inkluderer suppe, pasta, ris, linser, grøntsager, kød eller kylling, der er langsomt tilberedt over kul eller bål, samt lidt frugt.

## Vandring

Du behøver ikke være en ekspertvandrers for at deltage i denne tur, men du skal være i god nok form til at kunne vandre i mindst 5–6 timer hver dag i Sinajs vejr. og være klar på lidt klatring til tider. Du vil gå gennem fantastiske klippefyldte wadi'er, dramatiske zigzagstier og klippefyldte stier eller grønne dale. Hver dag vil dog motivere dig til den næste med det gode selskab og den betagende natur.

# Praktisk

## Hvornår?

Turen finder sted fra den 14. marts til den 21. marts 2027.

## Hvordan?

Rejsen arrangeres i samarbejde med Amisol Travel, som står for al koordinering, bestilling og betaling af fly tur/retur.

Selve turen i Sinai-bjergene varetages af lokale og anbefalede guides.

Hotelreservation på ankomstdag samt sidste aften arrangeres af Børneulykkesfonden.

## Pris og betaling

Turen koster i alt ca. **4.800 kr.** (+ fly ca. 9.000 kr.)\*

- Guides, transfer og hoteller opkræves af Børneulykkesfonden
- Depositum på 2.500 kr. opkræves ved tilmelding og tilbagebetales ikke ved afbud.

## OBS!

Flybilletter afregnes direkte med Amisol og kommer ud over ovenstående pris.

## Inkluderet:

- Infoaften med en Adventure for Charity-turleder
- Holdmøde med praktiske informationer om tur, udstyr, førstehjælp m.m.
- Forplejning under turen i Sinai Mountains (morgen - middag - aften)
- Koordinering af transport og overnatning
- Mulighed for køb af solbriller fra Wiley X til en særlig Adventure for Charity-pris
- Muligheden for at købe støvler og andet udstyr til turen med en særlig Adventure for Charity-rabat
- Solcreme, vabelplaster og Puori vitaminer
- 7 dage i Egypten
- To overnatninger på hotel i Sharm el Sheik
- Deltagelse i et stærkt netværk
- En oplevelse for livet

## Ikke inkluderet i turen:

- Fly tur/retur til Egypten (bestilles hos Amisol Travel - pris: **4.295 kr\***. + bagage )
- Udstyr (sovepose, telt, m.m.)
- Personligt udstyr (tøj, støvler m.m.)
- Snacks

\* Der tages forbehold for ændringer. Vi gør opmærksom på, at prisen ikke inkluderer visum, vaccinationer/medicin, afbestillings- og rejseforsikring.

# Til fordel for Legeheltene

Som en del af Adventure for Charity, siger man 'ja' til at gøre en aktiv forskel for indlagte børn i Danmark og som en del af turen samler alle deltagere sponsorater, mobilepay-donationer m.m. ind til Legeheltene.

Alle børn har ret til et liv med aktiv leg og bevægelse – også børn, der er indlagte eller udsatte. Legeheltene skaber aktiv leg og bevægelse på børneafdelinger, i børne- og ungepsykiatrien, på børnehjem og indkvarteringssteder for flygtninge.

