

Jetset Journals


no.1

2025

GUATEMALA

13 Tage

Rundreise



a travel guide

SUMMARY

01.

INTRO

Alles, was du vor deinem
Trip nach Guatemala
wissen solltest, inkl.
Routenplanung.
p.3

03.

DAY-TO-DAY

Eine mögliche
Tagesplanung für einen
2-Wochen Trip in das
bevölkerungsreichste
Land Mittelamerikas.
p.8



05.

WHERE TO SLEEP

Meine Empfehlungen für
Unterkünfte, um die
Rundreise bestmöglich zu
genießen.
p.12

02.

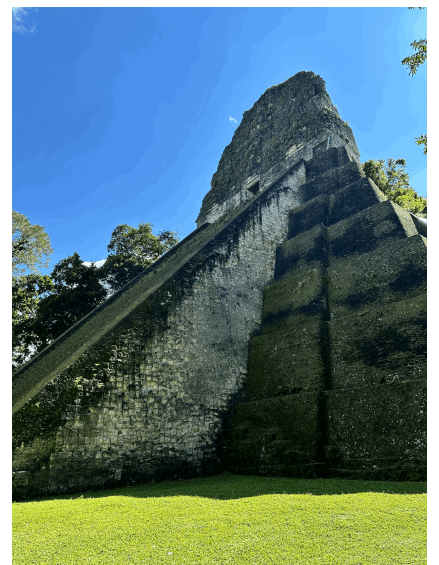
HIGHLIGHTS

Meine Top 10 Must-see
Orte von Guatemala,
sowie Tipps und Tricks!
p.5

04.

WHERE TO EAT

Die besten Restaurants
und Cafes jedes Ortes,
die du definitiv nicht
verpassen solltest.
p.10





INTRO

Guatemala – eines der Trendländer der letzten Jahre, das insbesondere durch Social Media einen regelrechten Hype erlebt hat.

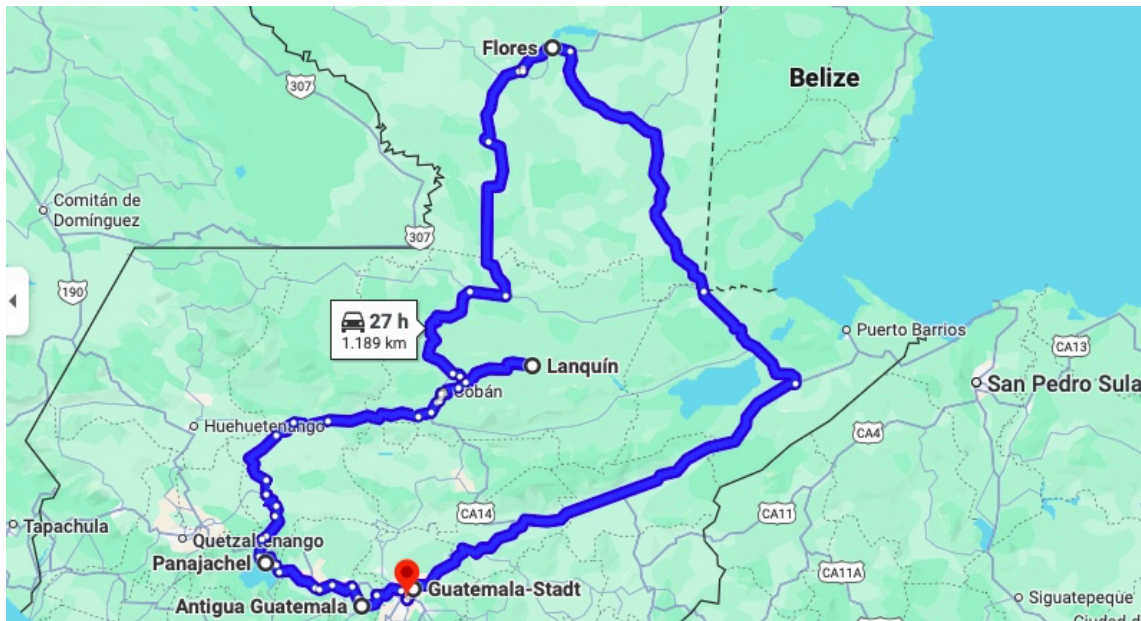
Guatemala zeichnet sich insbesondere durch seine Lage zwischen zwei Ozeanen, dem Pazifik und Atlantik, aus und gilt als eines der vulkanisch aktivsten Länder der Welt.

Oft wird ein Besuch des Landes mit weiteren Nachbarländern Mittelamerikas – wie Belize oder auch mit Mexiko verbunden. Auch wir haben nach unserer ereignisreichen, aber auch anstrengenden Rundreise noch ein paar Strandtage in Mexiko drangehängt. Das bietet sich auch deshalb an, da es nach Guatemala keine oder nur selten Direktflüge aus

Europa gibt. Oft wird vor einer Reise nach Guatemala wegen erhöhter Kriminalität gewarnt, das können wir allerdings gar nicht bestätigen.

Die beste Reisezeit für Guatemala ist die Trockenzeit (Nov–Apr).

Grundkenntnisse der spanischen Sprache können hier sicher nicht schaden, aber an touristischen Plätzen können auch viele Menschen Englisch. Das Land ist sehr weitläufig und die Distanzen zwischen den Zielen sehr lang. Hier ist es am bequemsten, Shuttles über die jeweiligen Hotels zu buchen, aber auch der öffentliche “Chicken Bus” befördert einen günstig durch das Land. Eine mögliche Routenplanung stelle ich euch auf der nächsten Seite vor.



Routenplanung:

Guatemala City

Wenn man durch die Luft nach Guatemala einreist, dann landet man in der Regel am internationalen Flughafen in Guatemala City. Wir hatten im Vorfeld gelesen, dass in der Hauptstadt des Landes Kriminalität doch schon ein Thema ist und es gleichzeitig nicht viel zu sehen gibt, deshalb flogen wir nach der Landung direkt weiter bis nach Flores.

Flores (2 Tage)

Nach unserer Ankunft in Flores am Abend verbrachten wir hier 2 Tage, wovon wir einen Tag einen Tagestrip nach Tikal machten und einen Tag Flores Island erkundeten.

Lanquín (2 Tage)

Von Flores ging es dann weiter nach Lanquín. Die Fahrt mit dem Shuttle dauerte ca. 7-8 Std und dementsprechend ließen wir hier den

ersten Tag nur entspannt im Hotel ausklingen. Den zweiten Tag verbrachten wir in Semuc Champey.

Lake Atitlán (3 Tage)

Eine weitere lange Shuttle-Fahrt von Lanquín entfernt liegt Panajachel am Lake Atitlán, wo wir inkl. Ankunftstag 3 Tage verbrachten und auch die umliegenden kleinen Orte besuchten.

Antigua (2 Tage)

Antigua wiederum war nur eine gut 2 stündige Shuttlefahrt entfernt und hier verbrachten wir einen Tag vor der Acatenango Wanderung und noch einen danach.

Acatenango (2 Tage)

Zwischen den 2 Tagen in Antigua machten wir die Acatenango Wanderung mit Übernachtung.

Abflug

Von Antigua fuhren wir direkt zum Flughafen in Guatemala City.

HIGHLIGHTS



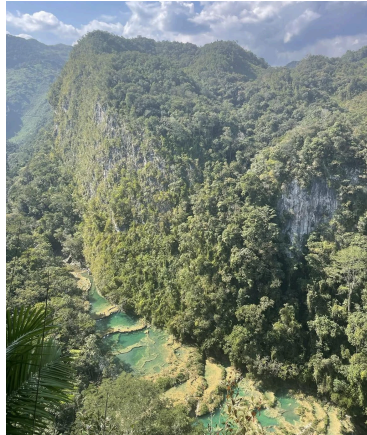
01.

Tikal

Tikal, die alte Maya Stadt, ist das Highlight in der nördlichen Region Petén. Mit gewaltigen Tempelanlagen und Spuren, die bis ins 1. Jh vor Chr. zurückführen, diente das Gebiet auch als Drehort für einen Star Wars Film.

Auf einige Tempel kann man hinaufsteigen und den Blick über den Regenwald genießen.

Wir hatten über unser Hotel eine private Ganztagestour mit Guide & Fahrt (ca. 90€) gebucht und jede Menge gelernt. Auch die Tierwelt hier ist sehenswert.



02.

Semuc Champey

Semuc Champey heißt übersetzt so viel wie "dort, wo das Wasser verschwindet" und das Naturschutzgebiet liegt bei Lanquín.

Besonders sehenswert sind die türkisgrünen Wasserbecken, in denen man auch baden kann.

Auch hier haben wir wieder über unser Hotel einen Tagestrip mit Aussichtspunkt, Baden und Höhlenwanderung gebucht. Hier ist man besonders auf gutes Wetter angewiesen.



03.

Antigua

Bis Mitte des 18. Jh noch die Hauptstadt Guatemalas, lohnt sich ein Trip nach Antigua auch heute noch sehr.

Die Stadt liegt umgeben von Vulkanen, bietet großartige Restaurants und Cafés und eine hippe Atmosphäre.

Zu den Highlights der Stadt gehören der Parque Central, der Plaza Mayor, der Arco de Santa Catalina, die Märkte und die Aussicht vom Cerro de la Cruz, sowie saisonale Feierlichkeiten.



04.

Lake Atitlán

Der zweitgrößte See des Landes zählt wohl zu den schönsten der Welt. Umgeben von 3 Vulkanen kann man hier bunte Orte wie San Juan und San Pedro besuchen, aber auch baden, Kajak fahren und mehr. Auch Koch- und Spanischkurse kann man hier besuchen.

05.

Indian Nose

Auch die Indian Nose Wanderung zählt zu den Highlights rund um den Lake Atitlán. Über die Hotels oder online kann man hier die Sonnenaufgangstour buchen und den fantastischen Ausblick über den See genießen.

06.

Livingston

Die Region um den Río Dulce ist ein weiteres Highlight des Landes. Hier kann man mit dem Boot auf die Insel Livingston fahren und schöne Strände und die karibische Kultur genießen. Die Pazifikküste ist auch einen Besuch wert und bietet schwarze Sandstrände.

07.

Chichicastenango

Wer noch mehr Zeit zur Verfügung hat, sollte unbedingt auch Chichicastenango aufsuchen. Hier in der kleinen Stadt befindet sich der größte Markt Mittelamerikas. Noch etwas weiter westlich liegt Quetzaltenango, die zweitgrößte Stadt des Landes, auch Xela genannt.



08.

Flores Island

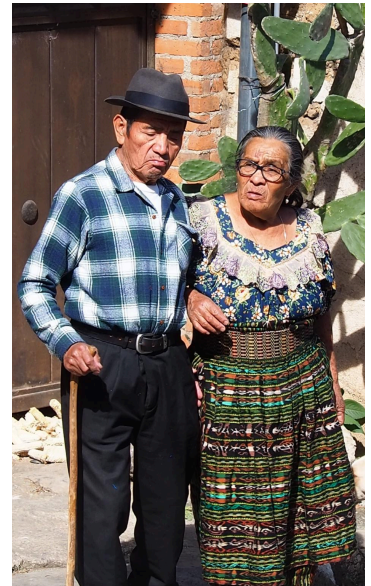
Wenn man nach Flores reist, um sich die Maya Ruinen wie Tikal oder auch El Mirador und Yaxha anzuschauen, der sollte sich auch die bunte Kleinstadt von Flores Island anschauen. Hier kann man nette Cafés finden und auch eine Bootsfahrt auf dem Petén Itzá See unternehmen.



09.

Acatenango

Für viele DAS Highlight des Landes ist die Wanderung auf den Vulkan Acatenango und den aktiven Fuego. Die Wanderung und Ausblicke zeigen einem die ganze Gewalt der Natur. Es gibt verschiedene Anbieter und wir waren mit Lava Trails sehr zufrieden, die alle nötigen Infos auf ihrer Website abrufbar haben.



10.

Essen & Leute

Neben den klassischen Highlights machen die Menschen und das großartige Essen Guatemala ganz besonders.

Die Menschen waren unglaublich herzlich und freundlich und die guatemalteckische Küche beinhaltet viele Hülsenfrüchte, Hühnchen oder Kartoffeln und ist auch der mexikanischen etwas ähnlich.



DAY TO DAY

Tag 1 – Nach der Ankunft am Flughafen in Guatemala City kann man direkt einen Anschlussflug nach Flores wählen, um die lange Strecke in der Luft zu überwinden. Dort isst man dann nur noch im Hotel zu Abend.

Tag 2 – Direkt am zweiten Tag steht eines der Highlights an – eine geführte Ganztagestour zu Tikal. Hier verbringt man einige Stunden mit der Erkundung der alten Maya-Stadt und erreicht das Hotel erst wieder gegen Nachmittag, wo man noch etwas relaxed und zu Abend isst.

Tag 3 – Am dritten Tag ist dann noch Zeit für Flores

Island. Nach dem Frühstück schaut man sich die bunten Straßen an, isst hier zu Mittag bei Tacos Los Peces und macht eine Bootsfahrt auf dem Petén Itzá See.

Tag 4 – Tag 4 ist in erster Linie Fahrttag, nach 7-8 Std erreicht man das Hotel in Lanquín und relaxt dort.

Tag 5 – An Tag 5 steht wieder ein Ganztagestrip zu Semuc Champey auf dem Programm, wo man auch badet und durch eine Höhle wandert.

Tag 6 – Auch am sechsten Tag steht wieder eine lange Fahrt (8-9 Std) auf dem Programm, bis man Panajachel erreicht. Hier

isst man bei 7 Caldos zu Abend.

Tag 7 – Den ersten Tag am Lake Atitlán startet man mit Yoga und Frühstück bei The Little Spoon. Dann fährt man nach San Juan und schaut sich auch San Pedro an. Hier nimmt man an einer Kaffeetour teil und abends isst man im Restaurante Laila zu Abend.

Tag 8 – Der kommende Tag startet mit einer morgendlichen Wanderung zur Indian Nose. Nachmittags paddelt man noch mit einem Kajak auf den See raus und isst dann im Guajimbo's zu Abend.

Tag 9 – Am Folgetag geht es dann weiter mit dem Shuttle nach *Antigua*. Hier kann man zunächst das Stadtzentrum rund um den *Plaza Mayor*, den *Parque Central* und den *Arco de Santa Catalina* besuchen. Zum Mittagessen kann man sich einen Snack auf einem der *Märkte* holen und abends bei *Mr. Taco Mexican Food* zu Abend essen.

Tag 10 – Am 10. Tag steht dann die Wanderung auf den *Acatenango Vulkan* auf dem Programm. Morgens wird man in *Antigua* abgeholt, fährt zum Supply Center, wo man Wasser und Essen bekommt und sich auch noch Klamotten und Wanderstöcke leihen kann. Gegen 10 Uhr startet man dann die *Wanderung* und nach ein paar Pausen auf dem Weg erreicht man gegen 15 Uhr das *Base Camp*. Hier kann man dann noch optional zum Krater des aktiven *Fuego Vulkans* wandern. Hier ist man ein bisschen vom Wetter abhängig, aber es lohnt sich definitiv. Abends gibt es dann *Lagerfeuer* und Abendessen am Camp. Hier oben braucht man auf jeden Fall warme Klamotten, auch für die Nacht in der

Hütte. Bei klaren Sichtverhältnissen sieht man vom Camp alle ca. 10 Minuten die *rote Lava* des *Fuego Vulkans* ausbrechen.

Tag 11 – Der zweite Tag der Wanderung beginnt bereits um 4 Uhr morgens mit dem Wake Up Call. In der Dunkelheit geht es dann mit Stirnlampe durch den tiefen Vulkansand die letzten paar Höhenmeter auf den 4000m hohen *Gipfel des Acatenangos*. Auch wenn es gar nicht so viele Höhenmeter sind, ist dieser Part extrem anstrengend, weil man bei jedem Schritt gefühlt durch den tiefen Boden einen halben wieder zurück rutscht. Oben angekommen herrschen eisige Temperaturen und extreme Windverhältnisse, aber der *Sonnenaufgang* und der Blick auf den *Fuego* unter einem ist wirklich ein atemberaubendes Erlebnis. Nach dem Frühstück geht es dann über den Wolken und durch den Regenwald wieder zurück nach unten und zum Supply Center. Von hier fährt das Shuttle zurück nach *Antigua*.

Wir waren mit *Lava Trails* als unserem Touranbieter sehr zufrieden und hier auf der Website finden sich auch detaillierte Infos und alles, was man wissen muss. Wenn man in *Antigua* dann gegen frühen Nachmittag ankommt, wird sich etwas entspannt und abends bei der *Taqueria Benito Carlos del Toro* zu Abend gegessen.

Tag 12 – Den letzten Tag in *Antigua* nutzt man nach der Wanderung zur Entspannung, schläft aus, kauft das ein oder andere *Souvenir*, setzt sich in ein *Café* und wenn man noch Kraft hat, geht man zum *Cerro de la Cruz*. Abendessen gibt's bei *27 Adentro*.

Tag 13 – Am nächsten Morgen kann man je nach Abflugzeit noch ein leckeres Frühstück auf der Dachterrasse des *Café Lito* genießen, bevor man dann mit dem Taxi direkt zum Flughafen in Guatemala City fährt.

Alternativen – mit mehr Zeit bieten sich weitere Highlights (s.o.) an.

WHERE TO EAT

Restaurants & Cafés:

Flores

★ **Tacos Los Peches**

Kleiner Laden, authentische Tostadas
*Iglesia Catedral Ntra. Sra. de los Remedios
y San Pablo del Itza, Avenida Flores, Flores*

● **Restaurante Maracuyá**

Gute Speisen, schöner Seeblick
Isla de Flores, Calle 15 de Septiembre, Flores

● **Café Recuerdito**

Guter Kaffee & Cookies
Isla de, Calle 30 de Junio, Flores



Lake Atitlán

● **7 Caldos**

Guatemalteckische Speisen in Panajachel
*Calle Monte Rey 3-90, Panajachel,
Guatemala*



★ **Guajimbo's**

Leckere uruguayische Küche, Panajachel
Calle Santander, Panajachel, Guatemala

● **Restaurante Laila**

Gutes Essen, schöner Seeblick, San Pedro
MPVG+FHV, San Pedro La Laguna

● **Nativo Coffee Shop**

Guter Frühstücks-Spot in San Juan
5ta ave, San Juan La Laguna

● **Hidden Coffee**

Leckerer Kaffee, auch to go
Calle Monte Rey, Panajachel

● **The Little Spoon**

Netter Frühstücksladen, Dachterrasse
PRRR+547, Calle Santander, Panajachel

Cooking Class & Coffee Tour

● **Anita's Cooking Class**

Zona 2 08 CI 04-025, San Pedro La Laguna

● **Shangri-La Coffee Experience**

Barrio 2, San Marcos La Laguna

Antigua

★ **Taqueria Benito Carlos del Toro**

Beste Tacos in Guatemala, hipper Laden
Cjón. del Sol 8, Antigua Guatemala

● **27 Adentro**

Sehr leckeres Essen, schöne Dachterrasse
6 avenida Sur # 22 Antigua, Guatemala



● **Mr. Taco Mexican Food**

Ebenfalls sehr leckere Tacos
5a Calle Oriente 12, Antigua Guatemala

● **Casa Escobar Antigua**

Schickeres Restaurant, schönes Interior
6a Avenida Norte no.3, Antigua Guatemala

● **Por Qué No? Cafe**

Sehr gehyptes Restaurant, gute Auswahl
2a Avenida Sur y 9 Calle Oriente Casa 9 Antigua Guatemala

● **Artista de Café**

Specialty Coffee Store
5ta avenida sur no. 34B, Antigua

★ **Alegria Café**

Leckerer Kaffee & Smoothies im Zentrum
5 Calle Poniente.2 Antigua, Guatemala

● **El Gran Café**

Ebenfalls guter Kaffee Spot
5a Calle Poniente 3B, Antigua Guatemala

● **Café Lito**

Gutes Frühstück, nette Dachterrasse
1a Avenida Sur 6, Antigua Guatemala

● **Siena Luz**

Kaffee- und Bücherladen
6a Avenida Norte, Antigua Guatemala



WHERE TO SLEEP

Flores

- **Hotel Villa Maya**

Tolle Anlage inmitten des Dschungels am Wasser mit Pool & Restaurant
Wir haben uns auch vom Flughafen abholen lassen und die Tikal-Tour gebucht.
Laguna Petenchel, Flores 01010, Guatemala



Lanquín

- **Utopia Eco Hotel**

Nette Gastgeberin, schönes Hotel am Fluss mit gemeinsamen Abendessen, morgendlichen Yoga und mehr. Über das Hotel kann man auch ganz einfach eine Semuc Champey Tour, sowie das Shuttle zum nächsten Ziel buchen.
G3R7+FXP, 6, Chicanutz, Guatemala

Lake Atitlán

- **Socialtel Atitlán (ex. Selina)**

Cooler Hotel in Panajachel mit Pool, Bücherei, Restaurant & Bar. Besonders empfehlenswert ist das Hotel & Hostel durch die vielen angebotenen Aktivitäten – von Yoga, über Pubcrawl bis hin zu Kino-Abenden.
Man kann hier günstig Mehrbettzimmer buchen oder auch private sehr schöne und große Zimmer für Paare und Familien.
Calle del Embarcadero Zona 2 Panajachel

Alternative: La Casa del Mundo mit wunderschönem Seeblick
El Jaibalito, Lake Atitlán, Guatemala

Antigua

- **Cacao Boutique Hotel**

Sehr schönes Interieur und nette Gastgeber, noch relativ zentral.
Antigua Guatemala 00301, Guatemala





**Danke fürs Lesen und mehr Details findest du auf
meiner Website oder Instagram & TikTok!**



jetset_journalist

<https://www.jetset-journals.com/>