

# Abenteuerurlaub 2026 für Familien – Das Rundum-Paket

Wir zeigen dir die 10 besten [Familienreiseziele](#), geben Tipps zu Kosten, Highlights vor Ort und [Packlisten](#). Damit dein [Familienurlaub](#) 2026 zum unvergesslichen Abenteuer wird!



## Top 10 Abenteuerreiseziele für Familien

| Nr. | Zielgebiet               | Bewertung<br>★★★★★ | Beste Reisezeit  | Geeignet für                 | Highlights vor Ort                    |
|-----|--------------------------|--------------------|------------------|------------------------------|---------------------------------------|
| 1   | Costa Rica               | ★★★★★              | Juni–Okt         | Abenteuerlustige             | Regenwald, Vulkane, Tierbeobachtungen |
| 2   | Kanada – Rocky Mountains | ★★★★★              | Juni–Sep         | Outdoor-Familien             | Wandern, Tierwelt, Gletscherseen      |
| 3   | Island                   | ★★★★★              | Juni–Aug         | Naturfreunde                 | Geysire, Vulkane, heiße Quellen       |
| 4   | Namibia                  | ★★★★★              | Mai–Okt          | Safari-Fans                  | Wüste, Safaris, Tierbeobachtungen     |
| 5   | Nepal                    | ★★★★★              | Mär–Mai, Sep–Nov | Kultur- & Naturinteressierte | Himalaya, Tempel, Trekking            |

| Nr. | Zielgebiet            | Bewertung<br>★★★★★ | Beste<br>Reisezeit  | Geeignet für                    | Highlights vor Ort                           |
|-----|-----------------------|--------------------|---------------------|---------------------------------|--|
| 6   | Madeira               | ★★★★★              | Apr–Okt             | Wanderfamilien                  | Levadas,<br>Küstenwanderungen,<br>Naturpools |
| 7   | Marokko               | ★★★★★              | Mär–Mai,<br>Sep–Nov | Kultur- &<br>Abenteuerfreunde   | Wüste, Atlasgebirge,<br>Berberdörfer         |
| 8   | Vietnam               | ★★★★★              | Mär–Mai,<br>Sep–Nov | Kultur- &<br>Naturinteressierte | Halong-Bucht,<br>Dschungel, Tempel           |
| 9   | Thailand              | ★★★★★              | Nov–Feb             | Strand- & Kulturfans            | Strände, Tempel,<br>Märkte                   |
| 10  | Portugal –<br>Algarve | ★★★★★              | Mai–Okt             | Strand- &<br>Aktivurlauber      | Klippen, Höhlen,<br>Wanderungen              |

### Geschätzte Reisekosten (1 Woche, 2 Erwachsene + 2 Kinder)

| Zielgebiet | Flüge (DE) | Unterkunft | Aktivitäten | Verpflegung | Gesamt (ca.) |
|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|
| Costa Rica | 1.800 €    | 1.200 €    | 800 €       | 400 €       | 4.200 €      |
| Kanada     | 2.000 €    | 1.500 €    | 1.000 €     | 500 €       | 5.000 €      |
| Island     | 1.500 €    | 1.000 €    | 700 €       | 400 €       | 3.600 €      |
| Namibia    | 1.800 €    | 1.200 €    | 900 €       | 500 €       | 4.400 €      |
| Nepal      | 1.200 €    | 800 €      | 600 €       | 300 €       | 2.900 €      |
| Madeira    | 1.000 €    | 700 €      | 500 €       | 300 €       | 2.500 €      |
| Marokko    | 1.000 €    | 600 €      | 400 €       | 300 €       | 2.300 €      |
| Vietnam    | 1.200 €    | 800 €      | 600 €       | 300 €       | 2.900 €      |
| Thailand   | 1.500 €    | 1.000 €    | 700 €       | 400 €       | 3.600 €      |
| Portugal   | 800 €      | 600 €      | 400 €       | 300 €       | 2.100 €      |

### Packliste für Abenteuerreisen mit Kindern

- **Kleidung:** Funktionsjacken, Wanderschuhe, Badesachen, Kopfbedeckung
- **Ausrüstung:** Fernglas, Taschenlampe, Erste-Hilfe-Set, Rucksack
- **Dokumente:** Reisepässe, Impfpass, Reiseversicherung
- **Technik:** Kamera, Powerbank, Adapter
- **Sonstiges:** Snacks, Trinkflaschen, Reisehandbuch

### 17 Beispielreise: Costa Rica (Juni–Okt)

- **Tag 1–2:** Ankunft in San José, Stadtbesichtigung
- **Tag 3–4:** Besuch des Tortuguero-Nationalparks (Bootstouren, Tierbeobachtungen)
- **Tag 5–6:** Vulkan Arenal (Wanderungen, heiße Quellen)
- **Tag 7:** Rückflug

## Anbieter für Abenteuerreisen mit Kindern

- **For Family Reisen:** Spezialisiert auf familienfreundliche Abenteuerreisen weltweit.
- **TourRadar:** Bietet eine Vielzahl von geführten Familienabenteuern.
- **Vamos Reisen:** Fokus auf nachhaltige und individuelle Familienreisen.
- **Aldi Reisen:** Aktivurlaub für Familien mit abwechslungsreichen Programmen. [Familien ReisenTourRadarvamos-reisen.deALDI Reisen](#)

## CO<sub>2</sub>-Bilanz von Abenteuerreisen mit Familie


| Land / Region (Europa) | CO <sub>2</sub> -Ausstoß pro Kopf/Jahr (ca.) | Beispiel Flug (Hin+Zurück, 4 Pers.) | CO <sub>2</sub> pro Flug (ca.) | Kompensation möglich durch...                        |
|------------------------|--|-------------------------------------|--------------------------------|--|
| Deutschland            | 7,9 t  | Frankfurt – Costa Rica              | 10,5 t                         | Aufforstung, zertifizierte Klimaprojekte             |
| Frankreich             | 5,0 t  | München – Island                    | 1,8 t                          | Investition in Windparks, Moor-Renaturierung         |
| Spanien                | 5,2 t  | Berlin – Namibia                    | 12,0 t                         | CO <sub>2</sub> -Ausgleich über Atmosfair, MyClimate |
| Italien                | 5,8 t  | Hamburg – Kanada                    | 9,5 t                          | Energieeffizienz-Projekte in Entwicklungsländern     |
| Niederlande            | 7,4 t  | Frankfurt – Thailand                | 7,8 t                          | Solaranlagen-Förderung                               |
| Schweden               | 3,5 t  | Berlin – Madeira                    | 0,9 t                          | Waldschutzprogramme                                  |
| Polen                  | 7,7 t  | Düsseldorf – Vietnam                | 8,5 t                          | Kompensationsfonds von Airlines                      |
| Österreich             | 7,0 t  | Frankfurt – Portugal                | 0,8 t                          | Ökoenergie-Projekte                                  |
| Schweiz                | 4,7 t  | Zürich – Marokko                    | 1,1 t                          | CO <sub>2</sub> -Zertifikate Gold Standard           |
| EU-Durchschnitt        | 6,7 t  | –                                   | –                              | –  |



👉 Quelle: [EEA 2024 Daten + Atmosfair Flugrechner]











Ein Flug nach Costa Rica mit Familie kann also mehr CO<sub>2</sub> verursachen als ein ganzer Europäer im Jahr im Schnitt ausstößt.

**Tipp:** Viele Airlines bieten direkt im Buchungsprozess CO<sub>2</sub>-Kompensation an. Für Familien oft <100 € pro Person.

## Exotisch & doch Europa: EU-Überseegebiete als Abenteuerziele

Hier die **Top 10 EU-Überseeziele**, die für Familien spannend sind – mit Bewertung (1–5 Kompass ).

| Nr. | Ziel       | Region               | Besonderheit                     | Familienbewertung (1–5)  |
|-----|------------|----------------------|----------------------------------|---|
| 1   | Guadeloupe | Karibik (Frankreich) | Traumstrände, Regenwald, Vulkane |                          |

| Nr. | Ziel                        | Region                          | Besonderheit  | Familienbewertung <br>(1–5) |
|-----|-----------------------------|---------------------------------|---|--|
| 2   | Réunion                     | Indischer Ozean<br>(Frankreich) | Wandern auf Vulkanen,<br>tropische Natur                |                             |
| 3   | Martinique                  | Karibik<br>(Frankreich)         | Bunte Märkte, Rumkultur,<br>familienfreundliche Strände |                             |
| 4   | Französisch-Guayana         | Südamerika<br>(Frankreich)      | Raumfahrtzentrum Kourou,<br>Dschungelabenteuer          |                             |
| 5   | Mayotte                     | Indischer Ozean<br>(Frankreich) | Lagunen,<br>Meeresschildkröten,<br>traditionelle Kultur |                             |
| 6   | Azoren                      | Atlantik<br>(Portugal)          | Wale, Vulkanseen, Outdoor-<br>Abenteuer                 |                             |
| 7   | Madeira                     | Atlantik<br>(Portugal)          | Levadas, Naturpools,<br>familienfreundlich              |                             |
| 8   | Kanaren (z. B. La<br>Palma) | Atlantik<br>(Spanien)           | Vulkane,<br>Sternenbeobachtung,<br>familiengeeignet     |                             |
| 9   | Saint-Martin (FR-Teil)      | Karibik<br>(Frankreich)         | Multikulturell, Strände,<br>Wassersport                 |                             |
| 10  | Saint-Pierre &<br>Miquelon  | Nordamerika<br>(Frankreich)     | Kleine Inselgruppe nahe<br>Kanada, sehr exotisch        |                            |

👉 Vorteil: **Keine Visa** für EU-Bürger, **Euro** als Währung (außer bei z. B. Saint-Martin teilweise Dollar), und doch richtig exotisch.