

# Inhalt

Auftakt:  
**Kenia – Tierparadiese zwischen  
eisbedeckten Vulkanen und  
weißen Sandstränden** 6

**Geschichte, Kunst, Kultur  
im Überblick** 12

**Sehenswürdigkeiten** 13

**Kenias Küste und die National-  
parks im Süden – Traumstrände,  
Tauchreviere, Tierparadiese** 18

- 1 Mombasa 18**  
Zähne, Tempel und Papayas 22  
Old Town – Wehrhaftes und  
kunstvoll Geschnitztes 23  
Auf dem Festland 26  
Urlaubsvergnügen an Mombasas  
Nordküste 27  
Ruinenstadt am Meer 29
- 2 Diani Beach und die  
Südküste 31**  
Tiwi – Gazi – Chale Island –  
Funzi Island – Kifunzi – Shimanzi –  
Shimvo Caves – Wasini Island –  
Kisite-Mpunguti Marine  
National Park
- 3 Shimba Hills National  
Reserve 36**
- 4 Kilifi 37**  
Takaungu – Arabuko-Sokoke  
Forest
- 5 Gedi 39**
- 6 Watamu 41**

**Der Westen – Gnus, Grassavannen  
und schier endlose Wasser** 77

- 16 Masai Mara National Reserve** 77
- 17 Kisumu und Lake Victoria** 82
  - Museumsbesuch – die Kultur der Luo 83
  - Bunter Markt und Hippo Point 85
  - Am ›Mittelmeer Ostafrikas‹ 85
  - Proconsul Africanus, Antilopen und Giraffen 86
- 18 Kericho** 87
- 19 Kakamega Forest Reserve** 88
- 20 Kitale und Saiwa Swamp National Park** 89
- 21 Mount Elgon National Reserve** 90

**Rift Valley – Seen, Vulkankegel  
und Flamingoschwärme** 93

- 22 Lake Naivasha** 93
  - Mount Longonot 95
- 23 Lake Elmenteita** 96
  - Kariandusi 96
- 24 Nakuru und Lake Nakuru** 96
  - Hyrax Hill und Menengai 97
- 25 Lake Bogoria und  
Lake Baringo** 98

**Im zentralen Hochland –  
Wasserfälle und Ananas am Fuße  
des eisbedeckten Mount Kenya** 101

- 26 Nyahururu** 101
- 27 Nyeri und Aberdare National Park** 102
  - Sprungbrett in die Aberdares 103

- 7 Malindi** 43
    - Schätze des Meeres 45
    - Mambrui und die ›Höllenküche‹ 45
  - 8 Tana River und Witu** 46
    - Eine Episode deutscher Kolonialgeschichte 47
  - 9 Lamu** 47
    - Manda Island – Pate Island – Kiwayu Island
  - 10 Tsavo National Park East and West und Taita Hills** 53
  - 11 Amboseli National Park** 57
- Nairobi und Umgebung – Tradition und Moderne in Ostafrikas bedeutendster Metropole** 61

- 12 Nairobi** 61
  - Im Regierungsviertel 63
  - Dampf- und Kunstobjekte 66
  - Pinnwand, Einkauf und Moschee 66
  - Kolonialer Charme 68
  - Landesgeschichte neben Reptilien 68
  - Tierreiche Wildnis vor der Haustüre 68
  - Hütten und Tanzkultur 70
  - Auf Du und Du mit langen Hälsen 70
- 13 Karen Blixen Museum** 73
- 14 Ngong Hills** 74
- 15 Olorgesailie Prehistoric Site und Lake Magadi** 75

<b>28</b> Nanyuki 105	
<b>29</b> Mount Kenya National Park 106	
<b>30</b> Meru National Park 108	
<b>31</b> Isiolo 110	
<b>Der Norden – Nomaden, Steinwüsten und das funkelnnde Jade-Meer</b>	<b>113</b>
<b>32</b> Samburu, Buffalo Springs und Shaba National Reserves 113	
<b>33</b> Maralal 115	
Blick in die Ferne 116	
<b>34</b> Marsabit National Park and Reserve 116	
<b>35</b> Lake Turkana 117	
Auf Reifen fressender Ostufer-Tour 119	
Nilkrokodile an der Wiege der Menschheit 120	
Abstecher zum Westufer 121	
<b>Karten und Pläne</b>	
Kenia-Süd vordere Umschlagklappe	
Kenia-Nord hintere Umschlagklappe	
Mombasa 20	
Nairobi 62	
<b>Register 140</b>	
<b>Bildnachweis 142</b>	
<b>Impressum 144</b>	