

Vorwort	11
Die schönsten Reiseziele	12
Das Wichtigste in Kürze	14
Zahlen und Fakten	18
LAND UND LEUTE	17
Geografie	19
Der Norden und der Balkan	19
Der Süden	20
Der Südwesten	20
Die Schwarzmeerküste	21
Die Pflanzenwelt	21
Die Tierwelt	22
Geschichte	23
Ur- und Frühgeschichte	24
Griechen, Mazedonier, Römer	26
Das Erste Bulgarische Reich	27
Das Zweite Bulgarische Reich	29
500 Jahre Türkeneherrschaft	31
Die Nationale Wiedergeburt	32
Territoriale Kämpfe – zwischen Mächten und Nachbarn	34
Von der Konstitutionellen Monarchie zur Volksrepublik	36
Königsdiktatur und Konsolidierung	37
Die sozialistische Republik und die Ära Schiwkow	39
Der schwierige Weg in die Demokratie	42
Auf dem Weg in die EU	44
Politische Chaosjahre – bis heute	45
Bulgarien heute	47
Politik	47
Wirtschaft	48
Bulgarien in der EU	50
Religion	51
Kunst und Kultur	56
Architektur	57
Kunst und Kunsthandwerk	58
Literatur	62
Film	63

Musik	65
Brauchtum und Tradition	66
Sport	67
Essen und Trinken	70
Reisen in Bulgarien	73
Strände am Schwarzen Meer	73
Kirchen und religiöse Kunst	74
Berge und Wälder:	
Ein Paradies für Aktivreisende	74
Antike Geschichte – und so	
manches aus der Neuzeit	75
Der Wermutstropfen:	
Die Infrastruktur	77
Klima und Reisezeit	77
SOFIA UND UMGEBUNG	81
Sofia	82
Geschichte	82
Sehenswürdigkeiten	
in der Innenstadt	87
Die Umgebung von Sofia	99
Boyana	99
Dragalevtsi	101
Vitosha-Gebirge	102
Vrachanski Balkan	103
Varshtets und Umgebung	104
Der Iskar-Durchbruch	104
DIE SÜDLICHEN GEBIRGE	107
Rilagebirge	108
Borovets	108
Sapareva Banja	110
Panichishte	
und die Sieben-Rila-Seen	111
Kloster Rila	112
Piringebirge	115
Bansko	116
Blagoevgrad	121
Sandanski	121

Melnik	122
Kloster Rozhen	125
Rhodopen	130
Kovachevitsa und Leshten	131
Trigrad-Schlucht	134
Smolyan	139
Pamporovo	141
Spuren der Thraker: Belintash und Perperikon	141
ZENTRALBULGARIEN UND BALKANGEbirge	145
Plovdiv	146
Geschichte	146
Sehenswürdigkeiten	150
Ausflüge von Plovdiv	155
Rund um das Balkangebirge	161
Veliko Tarnovo	161
Troyan	171
Koprivshtitsa	171
Gabrovo	173
Tryavna	177
Bozhentsi	180
Freilichtmuseum Etera	181
Shipka-Pass	182
Tal der Rosen	183
Stara Zagora	186
Archäologische Stätte Kabile	188
Shumen und Umgebung	191
Geschichte	191
Sehenswürdigkeiten	193
Madara	197
Pliska	199
Veliki Preslav	200
DIE BULGARISCHE DONAU	203
Vidin und Umgebung	204
Geschichte	204
Sehenswürdigkeiten	206

Felsen von Belogradchik	211
Magura-Höhle	213
Entlang der Donau nach Osten	216
Pleven	216
Ruse	216
Felsenkirchen von Ivanovo und der Naturpark Rusenski Lom	223
Sboryanovo	225
Silistra	228
Das Naturreservat Srebarna	233
DIE SCHWARZMEERKÜSTE	235
Nördliche Schwarzmeerküste	236
Sv. Sv. Konstantin i Elena	236
Goldstrand	238
Kloster Aladzha	240
Balchik	241
Kavarna	245
Kap Kaliakra	247
Die Nordostküste	248
Varna	260
Geschichte	260
Sehenswürdigkeiten	265
Die Küste zwischen Varna und Burgas	271
Sonnenstrand	271
Nesebar	272
Pomorie	276
Burgas	279
Geschichte	279
Sehenswürdigkeiten	283
Die südliche Schwarzmeerküste	290
Sozopol	290
Primorsko, Kiten, Lozenets und Tsarevo	294
Ahtopol	296
Sinemorets	297

Strandzha	299
Malko Tarnovo	299
Sehenswürdigkeiten	
in der Umgebung	303
Rezovo und Silistar	307

REISETIPPS VON A BIS Z	310
-------------------------------	-----

ANHANG

Glossar	319
Bulgarien im Internet	320
Literatur	321
Sprachführer	322
Über den Autor	330
Kartenregister/Bildnachweis	331
Register	332

EXTRA

Bojko der Unendliche	46
Baba Wanga und Kolleginnen:	
Ein bisschen Voodoo ist immer	54
Einzigartige Kultur:	
Bacillus bulgaricus	69
Kleiner kulinarischer Führer	72
Wer hats erfunden?	79
Skifahren in Bulgarien	120
Wandern und Radfahren	
in den südlichen Gebirgen	137
Rhodopenbahn	143
Der Donauradweg in Bulgarien	215
Die Dobrudscha	227
Fremde im eigenen Land:	
Die Türken	243
Der erste Juli	255
Fremde im eigenen Land:	
Die Roma	259
Die Thraker	288
Radfahren und Trekking	
entlang der Schwarzmeerküste	295
Kleiner Knigge für Bulgarien	309