

inhalt

Ein persönliches Vorwort	7
--------------------------	---

Praktische Reisetipps A-Z

An-, Ein- und Weiterreise	18
Ausrüstung	23
Dipl. Vertretungen und Infostellen	27
Dokumente und Zollbestimmungen	28
Essen und Trinken	30
Feiertage und Öffnungszeiten	36
Fotografieren und Filmen	37
Frauen allein unterwegs	40
Führer/Guides	42
Geld und Reisekasse	44
Grenzverkehr	47
Kleidung	50
Medien	51
Nachtleben und Unterhaltung	53
Notfall	54
Orientierung	56
Post und Telekommunikation	57
Reisen in Tansania	59
Reiseplanung und -vorbereitung	76
Reise- und Safariveranstalter	77
Reisezeit	81
Sicherheit und Kriminalität	82
Souvenirs	84
Sport und Aktivitäten	85
Stromversorgung	89
Unterkünfte und Zelte	89
Verhalten und Verständigung	95
Versicherungen	98
Zeit und Zeitverschiebung	99

Land und Leute

Naturraum	102
Klima	115
Wild- und Naturschutz	118
Geschichte	128
Staat und Politik	155
Wirtschaft	160
Bildungswesen	163
Gesundheitswesen	164
Bevölkerung	165
Religionen	172
Kunst und Kultur	176
Sport	184

Unterwegs in Tansania

Arusha und	
<u>das Mt.-Meru-Gebiet</u>	188
Arusha	188
Routenbeschreibungen	
ab/nach Arusha	218
<i>Namanga – Arusha</i>	218
<i>Arusha – Makuyuni – (Kwa Kuchinia)</i>	
<i>Tarangire National Park</i>	219
<i>Arusha – Moshi</i>	220
Arusha National Park	221
Das Rift Valley – Tarangire	
<u>und Manyara National Parks</u>	232
Tarangire National Park	233
Babati	241
Routenbeschreibungen	
ab/nach Babati	242
<i>Kwa Kuchinia (Tarangire) – Babati</i>	242

<i>Babati – Kolo (Kolo Rock Paintings)</i>		Serengeti National Park	301
– <i>Kondoa – Dodoma</i>	243	Routenbeschreibungen	
<i>Babati – Ndareda – Katesh</i>		durch und in der Serengeti	316
(<i>Mt. Hanang</i>) – <i>Singida</i>	243	<i>Allgemeines</i>	316
<i>Kolo Rock Paintings</i>	244	<i>Naabi Hill – Seronera –</i>	
<i>Kondoa</i>	248	<i>Western Corridor –</i>	
<i>Mt. Hanang</i>	248	<i>Ndabaka Gate (Lake Victoria)</i>	316
<i>Mto Wa Mbu</i>	250	<i>Seronera – Ikoma –</i>	
<i>Routenbeschreibungen</i>		<i>Nyamuswa/Lobo – Bologonja</i>	318
ab/nach <i>Mto Wa Mbu</i>	251		
<i>Makuyuni – Mto Wa Mbu (Manyara</i>		Moshi und Mt. Kilimanjaro	
<i>National Park) – Karatu</i>	251	National Park	320
<i>Mto Wa Mbu – Engaruka Jini</i>		<i>Moshi</i>	321
(<i>Engaruka Ruins</i>) – <i>Lake Natron</i>	252	<i>Routenbeschreibung</i>	
<i>Abstecher Engaruka Ruins</i>	252	östlich von <i>Moshi</i>	335
<i>Manyara National Park</i>	253	<i>Moshi – Marangu – Lake Chala/</i>	
<i>Lake Natron</i>	259	<i>Holili (Kenia-Grenze)</i>	335
<i>Ol Doinyo Lengai</i>	272	<i>Mt. Kilimanjaro National Park</i>	339
Das Ngorongoro-Schutzgebiet		Pare- und Usambara-Berge	360
und der Serengeti National Park	274	<i>Usangi/North Pare Mountains</i>	362
<i>Karatu und Oldeani</i>	275	<i>Routenbeschreibungen in/um</i>	
<i>Routenbeschreibungen</i>		die <i>North Pare Mountains</i>	362
ab/nach <i>Karatu</i>	277	<i>Moshi – Mwanga – Same/</i>	
<i>Karatu – Mbulu – Dongobesh</i>		<i>Mkomazi-Umba Game Reserve</i>	362
– <i>Ndareda</i>	277	<i>Abstecher zum Lake Jipe</i>	362
<i>Karatu – Oldeani – Lake Eyasi</i>	278	<i>Mwanga – Kikweni – Usangi</i>	363
<i>Lake Eyasi</i>	279	<i>Same</i>	364
<i>Die Ngorongoro</i>		<i>Manka/South Pare Mountains</i>	364
<i>Conservation Area</i>	283	<i>Routenbeschreibungen in/um</i>	
<i>Routenbeschreibungen zum/im</i>		die <i>South Pare Mountains</i>	365
<i>Ngorongoro-Schutzgebiet</i>	297	<i>Same – Manka/Bombo –</i>	
<i>Karatu – Ngorongoro-Krater –</i>		<i>Gonja Maore</i>	365
<i>Oldupai Gorge –</i>		<i>Same – Zange Gate</i>	
<i>Naabi Hill Gate</i>	297	(<i>Mkomazi G.R.</i>) – <i>Gonja –</i>	
<i>Abstecher in die</i>		<i>Mkomazi – B1 (Buiko)</i>	365
<i>Northern Highlands</i>	297	<i>Mkomazi-Umba Game Reserve</i>	367
<i>Abstecher Nasera Rock/</i>		<i>Die Usambara-Berge</i>	371
<i>Olkarien Gorge</i>	299	<i>Routenbeschreibungen in/um</i>	
<i>Abstecher Lake Ndutu</i>		die <i>Usambara-Berge</i>	384
<i>und Lake Masek</i>	300	<i>Same – Buiko – Mombo</i>	384

Mombo – Soni – Lushoto	384	Kilwa Kivinje	496
Buiko – Mkomazi (Ort) –		Kilwa Masoko	499
Kivingo – Mlao – Lushoto	384	Die Inseln Kilwas	500
Lushoto – Bumbuli –		Lindi	503
Korogwe – Segera	385	Routenbeschreibungen	
East Usambara Mountains –		ab/nach Lindi	507
Amani und Sigi	386	Kilwa – Nangurukuru – Lindi	507
Die nördliche Swahili-Küste	388	Lindi – Mingoyo –	
Tanga	392	Ndanda – Masasi	507
Routenbeschreibungen		Lindi – Mingoyo –	
ab/nach Tanga	405	Mikindani – Mtwara	507
Korogwe – Tanga	405	Mikindani	509
Tanga – Horo Horo/		Mtwara	510
Lunga Lungu (Kenia-Grenze)	405	Routenbeschreibungen	
Tanga – Pangani	406	ab/nach Mtwara/Tunduru	516
Pangani	406	Mtwara – Newala – Masasi	516
Routenbeschreibungen		Masasi – Tunduru – Songea	517
ab/nach Pangani	411	Mtwara – Rovula	
Pangani – Segara – (Saadani) –		(Mnazi Marine Reserve)/	
Bagamoyo/Chalinze –		Kirambo (Ruvuma-River-Fähre/	
Dar es Salaam	411	Mosambik-Grenze)	517
Abstecher Saadani	411	Mnazi Bay Marine Reserve	518
Pangani – Mkwaja – Saadani –		Newala	519
Bagamoyo – Dar es Salaam	412	Ndanda	519
Saadani National Park	413	Masasi	520
Bagamoyo	416	Tunduru	521
Dar es Salaam	430	Die Morogoro-Region	522
Südliche Swahili-Küste		Morogoro	523
und Selous Game Reserve	474	Routenbeschreibungen	
Selous Game Reserve	476	ab/nach Morogoro	530
Routenbeschreibungen		Dar es Salaam – Chalinze –	
nach Selous und Kilwa	491	Morogoro	530
Dar es Salaam – Kibiti/		Morogoro – Mikumi	
Selous Game Reserve	491	National Park – Mikumi	531
Kibiti – Kilwa Kivinje –		Morogoro – Mvuha –	
Kilwa Masoko	492	Kisaki – Matambwe Gate	
Kilwa Peninsula		(Selous Game Reserve)	531
und Inseln	493	Die Uluguru Mountains	532
		Mikumi National Park	536
		Mikumi	542

Routenbeschreibungen		Routenbeschreibungen	
ab Mikumi	543	westlich von Mwanza	616
Mikumi – Iringa	543	Mwanza – Gerta – Biharamulo/	
Mikumi – Mang'ula		Runzeze – Kibondo	616
(Udzungwa Mountains NP)/		Biharamulo – Muleba – Bukoba/	
Ifakara – Mahenge	544	Mutukula (Uganda-Grenze)	618
Udzungwa Mountains		Bukoba	619
National Park	545		
Zentrales Tansania –		Der Westen	
die „Nyika“	550	und der Tanganyika-See	626
Dodoma	552	Tanganyika-See	627
Routenbeschreibungen		Kigoma	631
ab/nach Dodoma	560	Ujiji	639
Morogoro – Dodoma	560	Gombe Stream National Park	641
Abstecher nach Mpwapwa	561	Mahale Mountains	
Dodoma – Iringa	561	National Park	645
Dodoma – Manyoni – Singida	568	Routenbeschreibungen	
Kilimatinde	569	in der Kigoma-Region	653
Singida	569	Kibondo – Ujiji/Kigoma	653
Nzega	572	Kigoma – Uvinza/Mpanda	653
Routenbeschreibungen		Kibondo	654
ab/nach Nzega	573	Moyowosi Game Reserve	654
Singida – Igunga – Nzega	573	Uvinza	655
Nzega – Shinyanga – Mwanza	573	Ugalla River Game Reserve	656
Nzega – Jomu –		Mpulungu (Sambia)	657
Kahama – Nyakanazi	574	Sumbawanga	664
Nzega – Tabora	574	Routenbeschreibungen	
Tabora	574	in der Rukwa-Region	669
Shinyanga	583	Tunduma – Sumbawanga	669
Die Lake-Victoria-Region	586	Sumbawanga – Katavi	
Musoma	591	National Park – Mpanda	669
Routenbeschreibungen		Lake Rukwa Rift Valley	670
ab/nach Musoma	595	Katavi National Park	672
Sirari – Tarime – Musoma	595	Mpanda	676
Musoma – Ndabaka Gate		Südliches Hochland, Ruaha	
(Serengeti) – Mwanza	596	National Park und Lake Nyasa	678
Mwanza	597	Iringa	680
Inseln im Victoria-See	609	Routenbeschreibungen ab Iringa	689
Rubondo Island National Park	613	Iringa – Mufindi –	
		(Usungu/Kipengere) – Mbeya	689

Abstecher in die		Strände bei Zanzibar Town	792
Mufindi Highlands und		Bootsausflüge zu den Inseln	793
zur Mufindi Highland Lodge	689	Ausflug ins Inselinnere:	
Abstecher zum Lake Nzivi	690	<i>Spice Tour – die „Gewürztour“</i>	802
Iringa – Ruaha National Park	691	Jozani Forest Reserve	803
Ruaha National Park	692	Ruinenstätten auf Sansibar	808
Usangu Flats Game Reserve	698	Ras Nungwi	
Kipengere-Mpanga		– die Nordspitze Sansibars	811
Game Reserve	698	Die Ostküstenstrände	816
Mbeya	699	Im Süden Sansibars/	
Rutenbeschreibungen		Kizimkazi	820
ab Mbeya und Tukuyu	711		
Mbeya – Tunduma		Insel Pemba – die Nelkeninsel	824
(<i>Sambia-Grenze</i>)	711	Die Insel	824
Mbeya – Izyonje – Tukuyu –		Geschichte	825
Mwandenga (<i>Malawi-Grenze</i>)	712	Attraktionen und Infrastruktur	825
Tukuyu – Kyela –		Mkoani/Süd-Pemba	829
Matema (<i>Lake Nyasa</i>)	712	Chake Chake	835
Kitulo-Plateau	713	Wete/Nord-Pemba	841
Tukuyu	713		
Matema	716	Die Inselgruppe von Mafia	848
Lake Nyasa (<i>Malawi-See</i>)	717	Geschichte	850
Njombe	723	Sehenswürdigkeiten	853
Rutenbeschreibungen		Mafia Island Marine Park	853
von und nach Njombe/Songea	726	Wohnen und Essen	854
Makumbako – Njombe – Songea	726	Transport	857
Songea – Namtumbo – Tunduru	727		
Songea – Peramiho –		Anhang	
Mbinga – Mbamba Bay	727		
Mbinga	728	Wörterliste Swahili	860
Songea	728	Gesundheit	867
Peramiho	731	<i>Reise-Gesundheits-Information</i>	870
Mbamba Bay	733	Literatur	877
		Karten	881
Sansibar, Pemba, Mafia	735	Nützliche Internet-Adressen	
Die Insel Sansibar (Unguja)	736	zu Tansania	883
Geschichte und Politik	739	Register	896
Bevölkerung	751	Kartenverzeichnis	911
Religionen	753	Der Autor	912
Flora und Fauna	754		
Zanzibar Town	759	Kartenatlas nach Seite 912	