

Inhalt

Vorwort 4
Kartenverzeichnis 9
Checkliste Urlaubsvorbereitung 10
Hinweise zur Benutzung 10
Steckbrief Oman 11
Die Regionen und Routen 12
Reise Know-how Basiswissen 14
Reiserouten und Touren 16
Oman: Zu jeder Zeit 22
Top 10 – Oman entdecken 24
Top 10 – Omans Kultur kennenlernen 26

1 Capital Area 29

Die Hauptstadtregion 30

Muscat 34
Muscat und die Muskatnuss 38
Die Orte südlich von Muscat 44
Mutrah 47
Timothy Severin und die „Sohar“ 48
Ruwi 54
Qurum und Al-Khuwair 56
Zauber einer blauen Welt:
 Delfine und Wale 63
Seeb 66
Botanischer Garten 66
Praktische Infos zur Capital Area 66
Das Royal Opera House Muscat 72
Im Hennastudio 78
Strände bei Yiti, 88
 Bandar Khayran und Al-Sifah
Ausflüge von der Capital Area 89

2 Batinah 91

Die Küstenebene 92

Die Batinah von Osten nach Westen 95
Barka 96
Bait Na’aman 97
Bullfight in der Batinah 98
Wadi Abiyad und die Blauen Pools 101
Ras al-Sawadi 101
Al-Suwaiq 103
Von Al-Suwaiq nach Sohar 103
Sohar 104
Von Sohar nach Shinas 109
Eine Legende von
 Sindbad dem Seefahrer 110
Shinas 112

Die Gegend um Nakhl und Rustaq 112
Nakhl 113
Wadi Mistal 114
Wadi Abiyad 114
Wadi Bani Kharus 115
Wadi Bani Awf 115
Rustaq 116
Wadi Sahtan 117
Al-Hazm 118

3 Al-Dakhiliyah 121

Inner-Oman 122

Über den Suma’il-Pass nach Nizwa 125
Fanja 126
Bidbid 127
Suma’il 127
Wadi Qurai 128
Izki 128
Imti 128
Birkat al-Mauz 128
Nizwa 131

Manah: Oman Across Ages Museum	142	Rundfahrt durch den Ja'alan	191
Manah und Fort Faiqain	142	Ras al-Hadd	191
		Ras al-Jinz	192
Jebel Akhdar: Saiq-Plateau		<i>Meeresschildkröten im Mondschein</i>	194
und Wadi Muaydin	145	Bani Bu Ali	198
Wadi Muaydin	145	Bani Bu Hassan	199
Ru'us	146	Al-Wafi	200
Al-Aqur	147		
		Von Sur durchs Landesinnere	
Westlich von Nizwa	149	nach Muscat	201
Tanuf/Wadi Tanuf	150	Wadi Bani Khalid	202
Al-Hoota Cave/Sharaf al-Alamayn	151	<i>Vom Winde verweht –</i>	
Al-Hamra	153	<i>die Sandwüste Wahiba</i>	203
Misfah	154	Al-Mintirib	206
Durch das Wadi Ghul		Al-Hawaiyah	206
auf den Jebel Shams	155	Al-Mudayrib	208
Wadi Nakhar	157	Ibra	209
Bahla	159	Al-Jaylah (Grabtürme)	212
Palast von Jabrin	161	Durch das Wadi Samad nach Sinaw	213
Salut	163		
		Insel Masirah	216
Die Region Al-Dhahirah	164		
Ibri	164	5 Dhofar	219
Die Gräber bei Bat und Al-Ayn	165		
Von Ibri durch		Der Süden	220
den Hajar nach Norden	167		
Buraimi	169	Von Muscat nach Salalah	224
Al-Ain, Oasen Khutwa, Mahdah		<i>Entlang der Ostküste</i>	227
und das Fossiliental	173	Qarat Kibrit	229
		Salalah	231
4 Al-Sharqiyah	175	<i>Ubar, das „Atlantis der Wüste“</i>	232
		<i>Rub al-Khali – das „Leere Viertel“</i>	243
Der Osten	177	Nördlich von Salalah: Jebel Qara	245
		Wadi Ayoun	246
Entlang der Küste nach Sur	178	Östlich von Salalah:	
Wadi Dhayqah und Wadi Suwayh	179	Taqah, Khor Rouri und Mirbat	247
Quriat	180	Ain Razat	248
Umq Bowl	181	Ain Hamran	248
Al-Jaylah (Grabtürme)	182	Ain Tabrook und Ain Athoum	249
Wadi Shab, Wadi Tiwi	183	Taqah	250
Sur	185		

Khor Rouri und Samhuran	251
Mirbat	254
Jebel Samhan	257
Wadi Darbat	257
Tawi Attair Sinkhole	257
Wadi Hinna	258
Westlich von Salalah:	
Mughsayl und Jebel al-Qamar	259
Mughsayl	260
<i>Weihrauch – das duftende Goldharz des glücklichen Arabien</i>	261
Jebel al-Qamar	266
 6 Musandam	 269
 Die Nordspitze	 271
 Praktische Infos	 274
 Khasab	 275
<i>Das Handelsreich Hormuz</i>	276
 Die Berge Musandams	 283
Westlich von Khasab	283
Felsenritzungen im Wadi Qadah	284
Südlich von Khasab	285
Khor Najd und Birkat al-Khaldiyah	286
 Durch Musandams Buchten	 288
Khor Shimm	288
Kumzar	290
 Dibba und Madha	 291
Dibba	291
Von Dibba nach Ras al-Khaimah	292
Wadi Madha	293

7 Praktische Reisetipps A–Z	295
Anreise	296
<i>Was erwartet den Gast in Oman?</i>	298
Autofahren	303
<i>Auto-mobil im Sand</i>	306
Barrierefreies Reisen	311
Camping	311
Einkaufen	312
<i>Handeln</i>	313
Ein- und Ausreisebestimmungen	315
Elektrizität	318
Essen und Trinken	318
<i>Essen und Trinken – Dos and Don'ts</i>	319
Feiertage, Feste und Events	323
Fotografieren	326
Geld	328
Gesundheit und Hygiene	331
<i>Reiseapotheke, Med. Sprachführer</i>	335
Mit Haustier unterwegs	338
Information	339
Mit Kindern unterwegs	342
Klima und Reisezeit	345
Kommunikation unterwegs	346
LGBT+	349
Maße und Gewichte	349
Notfälle	349
Öffnungszeiten	353
Orientierung und Landkarten	354
Post	355
Rauchen	356
Reisegepäck und Ausrüstung	357
Sicherheit	358
Sport und Aktivitäten	359
THEMA Organisierte Touren	362
<i>Die Seeseite des Sultanats – Tauchen und Schnorcheln in Oman</i>	365
Sprache	370
Unterkunft	371
Verhaltenstipps	373
Verkehrsmittel	378
Zeit	381

8

Land und Leute

383

Geografie	384
Geologie	388
<i>Oman – ein Paradies der Geologie</i>	391
Klima	401
Flora	402
Fauna	405
<i>Das Kamel – O-man's best friend</i>	406
<i>Oman für Ornithologen</i>	412
Religion – der Islam	417
Geschichte	432
<i>Archäologie im Dhofar</i>	436
Staat und Politik	456
<i>Omans Weg in die Moderne</i>	458
Natur und Umweltschutz	467
Wirtschaft	469
<i>Oryx – Königin der Antilopen</i>	470
<i>Auslandsinvestitionen in Oman</i>	474
Bevölkerung und Gesellschaft	497
<i>Studieren in Oman</i>	500
Kultur und Traditionen	511
<i>Qahwa – arabischer Zaubertrank mit Tradition</i>	525
<i>Omans süßeste Versuchung – Halwa</i>	527
<i>Amouage – das kostbarste Parfüm der Welt</i>	531

9

Anhang

545

Sprachhilfe Arabisch	546
Literatur	552
Glossar	556
Register	562
Die Autoren	574
Schreiben Sie uns!	575

Karten

Übersicht Oman	Umschlag vorn
Die Regionen und Routen in Oman	12
Drei Routenvorschläge	17, 19, 21
Kapitelkarten	
Muscat: Hauptstadtregion (Capital Area)	Umschlag hinten
Küstenebene Batinah	92
Inner-Oman (Al-Dakhiliyah)	122
Osten (Al-Sharqiyah)	176
Süden (Dhofar)	220
Musandam	270
Stadtpläne und sonstige Karten	
Buraimi	170
Khasab	278
Khor Rouri	252
Muscat Altstadt	36
Mutrah und Ruwi	50
Nizwa (Anfahrt über den Suma'il-Pass)	124
Nizwa (westlich von)	150
Nizwa: Fort und Souq-Bereich	132
Nizwa: Zentrum und Altstadt Al-Aqr	136
Qurum	58
Salalah	236
Shisr/Ubar	232
Sohar	106
Sur	188
Thematische Karten	
Die Weihrauchstraßen der Antike	262
Handelswege der omanischen Seefahrer	440
Erdölfelder und -pipelines in Oman	476
Bodenschätze in Oman	494
Forts und Festungen in Nordoman	536