

**Reiseplanung** 

<b>Die Reiseregion im Überblick</b> .....	<b>8</b>
<b>Die schönsten Touren</b> .....	<b>10</b>
<b>Drei Wochen Kuba ohne Mietwagen</b> .....	<b>10</b>
Havanna › Viñales › Pinar del Río › Havanna ›	
Cienfuegos › Trinidad › Sancti Spiritus › Santa	
Clara › Ciego de Ávila › Camagüey › Holguín ›	
Bayamo › Santiago de Cuba › Baracoa	
<b>Zwei Wochen ¡Viva la Revolución!</b> .....	<b>12</b>
Holguín › Sitio Histórico Birán › Santiago de	
Cuba › Parque Nacional Desembarco del Gran-	
ma › Manzanillo › Comandancia de la Plata ›	
Bayamo › Santa Clara › Playa Girón › Cueva de	
los Portales › Havanna	
<b>Touren in den Regionen – Übersicht</b> .....	<b>13</b>
<b>Klima und Reisezeit</b> .....	<b>14</b>
<b>Anreise</b> .....	<b>15</b>
<b>Reisen im Land</b> .....	<b>15</b>
<b>Special Kinder</b>	
»Unterwegs mit Kindern«.....	<b>17</b>
<b>Sport und Aktivitäten</b> .....	<b>19</b>
<b>Unterkunft</b> .....	<b>20</b>
<b>Special Privatunterkünfte</b>	
»Kuba privat«.....	<b>22</b>

**Land & Leute** 

<b>Steckbrief Kuba</b> .....	<b>26</b>
Zahlen & Fakten ][ Lage und Landschaft	
][ Natur und Umwelt ][ Staat und Politik ][	
Wirtschaft	
<b>Geschichte im Überblick</b> .....	<b>28</b>
<b>Die Menschen</b> .....	<b>30</b>
Bildung und Gesundheitswesen ][ Ethnische	
Gruppen ][ Exilkubaner	
<b>Religion</b> .....	<b>31</b>
<b>Kunst und Kultur</b> .....	<b>33</b>
Architektur ][ Film ][ Literatur ][ Revolutions-	
kultur	

<b>Feste und Veranstaltungen</b> .....	35
Karneval ][ Landesweite Festtage ][ Festivals	
<b>Essen und Trinken</b> .....	36
Hauptgerichte und Beilagen ][ Frühstück und Dessert	
<b>Shopping</b> .....	39

## Unterwegs in Kuba

### **Havanna**..... 42

Havanna fasziniert mit der schönsten Altstadt der Karibik, einer kilometerlangen Uferpromenade, an der amerikanische Oldtimer entlangfahren, schicken Restaurants und einem pulsierenden Nachtleben.

<b>Zur Orientierung</b> .....	43
<b>Touren in der Region</b> .....	43
<b>Unterwegs in Havanna</b> .....	47

    La Habana Vieja ][ Centro Habana ][ Castillo de  
    los Tres Reyes del Morro ][ Vedado ][ Plaza de  
    la Revolución ][ Cementerio del Colón ][ Playas  
    del Este

### **Der Westen**..... 61

Menschenleere Strände, sattgrüne Berge, die traumverlorene Karstkegellandschaft von Viñales, riesige Tropfsteinhöhlen und das Tabak-Dreieck Vuelta Abajo prägen die Provinz Pinar del Río im Westen Kubas.

<b>Zur Orientierung</b> .....	62
<b>Tour in der Region</b> .....	62
<b>Unterwegs in Kubas Westen</b> .....	64

    Soroa ][ Pinar del Río ][ Valle de Viñales ][  
    Ausflüge von Viñales ][ Cueva de los Portales  
    ][ Cayo Levisa ][ María la Gorda

### **Varadero und die Provinz Matanzas**..... 70

Varadero ist mit seinem kilometerlangen, hotelgesäumten Sandstrand das touristische Sahnestück der Provinz Matanzas. An die Südküste und auf die sumpfige Halbinsel Zapata zieht es vor allem Naturfreunde und Taucher.

<b>Zur Orientierung</b> .....	71
Touren in der Region .....	71
<b>Unterwegs in Varadero und der Provinz Matanzas</b> ...	74
<b>Varadero</b> ][ <b>Matanzas</b> ][ <b>Ausflug zu den Cuevas</b>	
<b>Bellamar</b> ][ <b>Valle de Yumuri</b> ][ <b>Zapata-Halbinsel</b>	
<b>][ In der historischen Schweinebucht ]</b> ][ <b>Isla de</b>	
<b>la Juventud</b> ][ <b>Cayo Largo</b>	

## **Zentralkuba**..... 87

Kubas schönste Kolonialstädte, die letzte Ruhestätte Che Guevaras und die Trauminseln der Cayería del Norte sorgen für den besonderen Reiz der von endlosen Zuckerrohrfeldern und saftigen Rinderweiden geprägten Mitte Kubas.

<b>Zur Orientierung</b> .....	88
Touren in der Region .....	88
<b>Unterwegs in Zentralkuba</b> .....	91
<b>Cienfuegos</b> ][ <b>Trinidad</b> ][ <b>Ausflüge von Trinidad</b>	
<b>][ Sancti Spiritus ]</b> ][ <b>Santa Clara</b> ][ <b>Remedios</b> ][	
<b>Ausflug zum Cayo Santa María</b> ][ <b>Cayería del</b>	
<b>Norte</b> ][ <b>Camagüey</b> ][ <b>Playa Santa Lucía</b> ][ <b>Cayo</b>	
<b>Sabinal</b>	

## **Der Oriente**..... 109

Der Osten Kubas lockt mit den Bergen der Sierra Maestra, den unberührten Regenwäldern von Baracoa, den puderzuckerfeinen Stränden von Guardalavaca und der Musikhauptstadt Santiago.

<b>Zur Orientierung</b> .....	109
Touren in der Region .....	109
<b>Unterwegs im Oriente</b> .....	114
<b>Guardalavaca</b> ][ <b>Ausflüge von Guardalavaca</b> ][	
<b>Cayo Saetía</b> ][ <b>Holguín</b> ][ <b>Ausflug nach Gibara</b>	
<b>][ Die Strände von Las Tunas ]</b> ][ <b>Sitio Histórico</b>	
<b>Birán</b> ][ <b>Bayamo</b> ][ <b>Manzanillo</b> ][ <b>Die Sierra</b>	
<b>Maestra</b> ][ <b>Parque Nacional Desembarco de</b>	
<b>Granma</b> ][ <b>Santiago de Cuba</b> ][ <b>Ausflüge von</b>	
<b>Santiago</b> ][ <b>Guantánamo</b> ][ <b>Baracoa</b> ][ <b>Ausflüge</b>	
<b>von Baracoa</b> ][ <b>Parque Nacional Alejandro de</b>	
<b>Humboldt</b>	

<b>Special</b> <b>Musik</b>	
<b>»Musik zum Miterleben«</b> .....	130

<b>Infos von A-Z</b> .....	<b>138</b>
----------------------------	------------

<b>Register</b> .....	<b>141</b>
-----------------------	------------

<b>Mini-Dolmetscher</b> .....	<b>144</b>
-------------------------------	------------



Die schönsten Hotels für Individualisten.....	21
---	----

Die besten Restaurants.....	38
-----------------------------	----

Die heißesten Nightspots .....	58
--------------------------------	----

Dramatische Landschaftseindrücke.....	68
---------------------------------------	----

Die schönsten Tauchplätze .....	81
---------------------------------	----

Einsame Strände zum Träumen .....	102
-----------------------------------	-----

Kuba für Abenteuerlustige .....	137
---------------------------------	-----

## Karten

Havanna Übersicht .....	44
-------------------------	----

Havanna Altstadt .....	49
------------------------	----

Havanna Vedado .....	53
----------------------	----

Der Westen.....	64
-----------------	----

Varadero – Matanzas.....	73
--------------------------	----

Isla de la Juventud, Cayo Largo.....	83
--------------------------------------	----

Zentralkuba.....	89
------------------	----

Cayería und Provinz Camagüey.....	104
-----------------------------------	-----

Der Oriente .....	112
-------------------	-----

Santiago de Cuba .....	122
------------------------	-----

Übersichtskarte.....	Umschlag hinten
----------------------	-----------------