

Unterwegs in Kenia, Tansania und auf Sansibar

34

Mombasa und Küste	36	Rift Valley und der Westen
Nairobi und das Hochland	52	
Kenias Nationalparks	68	Kenias Nationalparks
Im Fokus – Wandern mit den Massai	86	
Rift Valley und der Westen	88	Nairobi und das Hochland
Nord-Tansania	98	
Sansibar	108	Mombasa und Küste

Sansibar

118

Touren und Ausflüge

Von Mombasa nach Malindi	120
Mit der Dhow rund um Lamu	123
Expedition zum Turkana-See	124

Wissenswertes über Kenia, Tansania und Sansibar 128

Auf einen Blick	130	Kartenlegende	145
Geschichte	132	Kartenatlas	146
Sprachführer Englisch	134	Kartenregister	154
Kulinarisches Lexikon	136	Orts- und Sachregister	157
Reisepraktisches von A–Z	138	Impressum	160

★ Karten und Pläne

Kenia	Klappe vorne	Mombasa	39
Nairobi	Klappe hinten	Kartenatlas	146–153
Sansibar	Klappe hinten	Die Koordinaten im Text verweisen auf die Karten, z. B. ► S. 146, A 4.	

Extra-Karte zum Herausnehmen	Klappe hinten
------------------------------------	---------------

inhalt

Willkommen in Kenia, Tansania und auf Sansibar

10 MERIAN-TopTen Höhepunkte, die Sie sich nicht entgehen lassen sollten	6
10 MERIAN-Tipps Tipps, die Ihnen die unbekannten Seiten der Region zeigen	8

Zu Gast in Kenia, Tansania und auf Sansibar 10

Übernachten	12
Essen und Trinken	14
grüner reisen	18
Einkaufen	22
Feste und Events	26
Sport und Strände	28
Familientipps	32