

**LAND UND LEUTE**

**MUSCAT UND DIE HAUPTSTADTREGION**

**DIE BATINAH**

**NIZWA UND DER WESTLICHE HAJAR**

**AL-SHARQIYAH**

**AL-WUSTA UND RUB AL-KHALI**

**DHOFAR**

**DIE EXKLAVE MUSANDAM**

**REISETIPPS A BIS Z**

**ANHANG**

Vorwort	11	Die Ya'aruba-Dynastie und die Expansion nach Ostafrika	62
Hinweise zur Benutzung	12	Die Al Bu Sa'id-Dynastie und die britische Kolonialisierung	65
Zeichenlegende	12	Aufbruch in die Moderne: Sultan Qaboos	67
Entfernungstabelle	13		
Das Wichtigste in Kürze	14		
Die wichtigsten Sehenswürdigkeiten	17	<b>Religion</b>	69
<b>Routenvorschläge:</b>		Die Entstehung des Islam	69
<b>Die schönsten Touren</b>	18	Die fünf Pfeiler des Islam	71
Nordoman intensiv (15 Tage)	19	Koran und Hadithe	73
Nordoman mit Salalah (15 Tage)	20	Ibadismus	74
Nordoman mit Musandam (16 Tage)	23	Islamisches Rechtssystem: Sha'ria	77
Oman umfassend (21 Tage)	24	<b>Bevölkerungsgruppen und Stammesstruktur</b>	78
Oman umfassend mit Dachzelt (22 Tage)	26	Stämme	79
Nordoman mit Muße (10 Tage)	28	Frauen	82
		Umgangsformen	83
<b>Land und Leute</b>	30	<b>Wirtschaft</b>	84
Zahlen und Fakten	32	Landwirtschaft	85
<b>Geografie und Klima</b>	33	Wassermanagement	90
Naturräumliche Gliederung	33	Fischerei	91
Omans Gebirge (Geologie)	35	Märkte und lokaler Handel	92
Klima und Reisezeit	38	Moderne Wirtschaft: Öl, Gas, Industrie	93
<b>Natur und Umwelt</b>	40	Diversifizierung, Omanisierung, Privatisierung	95
Flora und Fauna	41	Tourismus	97
Küste und Meeresbewohner	44	<b>Politik und Verwaltung</b>	99
Natur- und Umweltschutz	45	Staatsaufbau und politische Kultur	99
<b>Geschichte</b>	47	Verwaltung	101
Die Frühzeit: Wohlstand durch Kupfer	47	Bildungs- und Gesundheitssystem	102
Altsüdarabische Reiche und Weihrauchstraße	51	Außenpolitik	102
Die persische Vorherrschaft	55	<b>Kultur, Kunst und Kunsthhandwerk</b>	105
Inner-Oman:		Sprache, Literatur, Musik	105
Die ibaditischen Imame	57	Moderne Medien und Kommunikation	106
Seefahrer: Aufschwung durch Fernhandel	59	Feste und Veranstaltungen	107
Die Seemacht Hormus	60	Omanische Küche	110
Portugiesisches Zwischenspiel	61		

Typische Rezepte	112	Suma'il-Pass	189
Architektur	115	Zwischen Ibri und der Küste	190
Kunsthandwerk	117	Durch die Wadis des Westlichen Hajar	191
<b>Muscat und die Haupt- stadtregion</b>	122	Jebel Akhdar (Saiq-Plateau)	197
<b>Metropole an der Küste</b>	124	Jebel Shams	200
Stadtgeschichte	125	<b>Oasen der Dakhiliyah</b>	204
Die regionale Gliederung der Hauptstadtregion	127	Nizwa	204
Muscat-Alstadt	130	Kleine Oasen der Dakhiliyah	212
Muscat-Mutrah	133	<b>Die Provinzen Al-Dhahirah und Al-Buraimi</b>	217
Muscat-Ruwi	139	Gräber bei Al-Ayn und Bat	217
Muscat-Qurum	143	Ibri	217
Al-Khuwair und die westlichen Stadtteile	148	Yanqul	217
Fischerorte und Buchten im Südosten	155	Buraimi	218
Informationen Muscat und die Hauptstadtregion	159	<b>Al-Sharqiyah</b>	222
<b>Die Batinah</b>	166	<b>Die Küste der Sharqiyah</b>	224
<b>Entlang der Küste nach Westen</b>	168	Quriat	225
Seeb	168	Wadi Dhayqah	225
Barka	170	Salma-Plateau	226
Ras al-Sawadi	173	Wadi Shab und Wadi Tiwi	227
Masna'ah	174	Qalhat und Bibi Maryam	227
Sohar	176	Sur	228
Die Küste von Sohar zur Grenze	179	Ras al-Hadd	237
Wadi Jizzi	179	Ras al-Jinz	237
<b>Zwischen Küste und Gebirge</b>	182	<b>Die Wahiba-Wüste</b>	239
Nakhl und Al Thowarah	182	Bani Bu Hassan & Bani Bu Ali	241
Rustaq	183	Wadi Bani Khalid	241
Al-Hazm	184	Al-Mintirib und Al-Mudayrib	242
		Ibra	242
		Samad ash-Shan und Sinaw	243
<b>Nizwa und der Westliche Hajar</b>	186	<b>Al-Wusta und Rub al-Khalil</b>	246
<b>Der Westliche Hajar</b>	188	Die ›Leere Mitte‹	248
Auf der Autobahn über den		Die Küste zwischen Masirah und Dhofar	248
		Masirah	249
		Khaluf	250

<b>Ras Duqm</b>	251	<b>Reisetipps von A bis Z</b>	292
<b>Vom Ras Madrakah nach Shuwaymiyah</b>	253	Glossar	310
<b>Die Jiddat al-Harasis und die Rub al-Khali</b>	254	Literatur	312
<b>Auf der Nationalstraße 31 nach Salalah</b>	254	Der Oman im Internet	313
<b>Jiddat al-Harasis: Nature Reserve und Huqf</b>	254	Sprachführer	314
<b>Rub al-Khali</b>	254	Die Autoren	322
		Danksagung	322
		Register	323
		Kartenregister	336
<b>Dhofar</b>	258	<b>Essays</b>	
<b>Geografie und Geschichte des Dhofar</b>	260	Die Rosen des Jebel Akhdar	43
Weihrauch – Sinnbild vergangener Größe	261	Die Königin von Saba	54
Der Kampf um Dhofar	262	Sultan Qaboos	68
<b>Salalah</b>	263	Kamele: Überlebenskünstler in der Wüste	81
Sehenswürdigkeiten	263	Aflaj: Bewässerung mit langer Tradition	88
Informationen Salalah		Qahwa	129
<b>Die Umgebung von Salalah</b>	272	Navigation	181
Die Küste östlich von Salalah	272	Datteln	210
Die Küste westlich von Salalah	276	Magan, Dilmun und Meluhha	221
		Traditioneller Schiffbau: Dhaus	236
		Kumma	271
<b>Die Exklave Musandam</b>	279		
<b>Geografie und Geschichte Musandams</b>	280		
<b>Khasab und der Norden</b>			
<b>Musandams</b>	284		
Khasab	286		
Jebel Harim	287		
<b>Dibba und die Ostküste</b>			
<b>Musandams</b>	289		
Dibba	289		
Exklave Madha	290		