

Inhalt

Vorwort	4
Karten	6
Exkurse	8
Zu Sprache und Schrift	11
Was man unbedingt wissen sollte	12
Reiseziele	13
Die Regionen im Überblick	14

1 Stadt und Provinz Teheran 19

Stadt Teheran	21
Geschichte	21
Orientierung	25
Ankunft	25
Die Metro	29
Schnellbusse	34
Sehenswertes im Zentrum	34
Sehenswertes im Norden	52
Sehenswertes im Süden	56
Praktische Informationen	59

Provinz Teheran	69
Zentraler Alborz	69
Varamin	75
Karaj	75
Hashtgerd	77

2 Die Provinzen am Kaspischen Meer 79

Provinz Gilan	84
Rasht	84
Bandar Anzali	89
Fuman	93
Masuleh	94
Lahijan	95

Provinz Mazanderan	100
Ramsar	101
Entlang der Küste nach Chalus	103
Kalardasht	105
Nur und Mahmudabad	107
Amol	107
Babol, Babolsar	108
Sari	108
Behshahr	112

Provinz Golestan	113
Gorgan	113
Aq Qal'eh und die Turkmenensteppe	119
Bandar Torkaman	120
Gonbad-e Kavus	120
Nationalpark Golestan	121
Ziaratgahe Khaled Nabi	123

3 Die azerbeijanischen Provinzen und Ardabil 125

Provinz West-Azerbeijan	128
Orumiyeh	128
Orumiyeh-See	131
Prähistorische Siedlung von Hasanlu	133
Bazargan	134
Maku	135
Armenische Kirche Qarah Kelisa	136
Khoy	138
Takab und Takht-e Soleyman	139

Provinz Ost-Azerbeijan	142
Tabriz	142
Kandovan	150
Maragheh	152
Bandar Sharaf Khaneh	154
Jolfa und Kloster St. Stephanos	155
Marand	155
Festung Qal'eh-ye Babak	156

Provinz Ardabil	156
Stadt Ardabil	157
Sar-e Eyn und Berg Sabalan	162

4 Der Westen 165

Die Provinzen Qazvin und Zanjan	168
Das westliche Alborz-Vorland	168
Stadt Qazvin	171
Zanjan	178
Soltaniyeh	179

Die Provinzen Hamadan, Kordestan und Kermanshah	182
Stadt Hamadan	184
Provinz Kordestan	195
Provinz und Stadt Kermanshah	198

Provinz Khuzestan	210
Ahvaz	213
Haft Tappeh, Susa und Chogha Zanbil	217
Andimeshk und Dezful	223
Shushtar	225
Abadan und Khorramshahr	229

Die Zagros-Provinzen	230
Provinz Ilam	230
Provinz Lorestan	231
Provinz Chahar Mahale-ya Bakhtiari	233
Provinz Buyer Ahmad-o Kuhgiluye	235

5 Isfahan und das Zentrum 239

Stadt Isfahan	242
Geschichte	243
Orientierung	244
Ankunft	245
Sehenswertes rund um den Meydan-e Imam	246
Sehenswertes an der Hauptstraße Chahar Bagh	257
Brücken über den Zayandeh Rud	259
Sehenswertes rund um die Freitagsmoschee	262
Sehenswertes jenseits des Zayandeh Rud	267

Praktische Informationen	269	7 Die Küste des Persischen Golfs	371
Umgebung von Isfahan	273		
Provinz Isfahan	275	Bandar Bushehr	376
Natanz	275	Die Küste zwischen Bandar	
Abyaneh	277	Bushehr und Bandar Abbas	378
Matinabad	278	Bandar Abbas	380
Ardestan	279	Insel Hormoz	384
Zavareh	279	Minab	385
Na'in	280	Insel Qeshm	386
Varzaneh und Tudeshek	281	Insel Kish	388
Kashan	283		
Die Provinzen Qom und Markazi	290	8 Der Südosten	395
Stadt Qom	290		
Arak	295	Provinz Kerman	397
Saveh	297	Stadt Kerman	400
		Umgebung von Kerman	409
Provinz Yazd	297	Jiroft	413
Stadt Yazd	297	Bam	415
Taft	309	Darijan	416
Meybod und Ardakan	310	Meymand	416
Abarkuh	312		
Fahraj	313	Provinz Sistan va Baluchestan	417
		Zahedan	418
6 Shiraz und Provinz Fars	315	Zabol und das Becken von Sistan	420
Shiraz	318	Umgebung von Zabol	422
Geschichte	318	Iran Shahr und Bampur	423
Orientierung	319	Chahbahar	424
Ankunft mit dem eigenen Fahrzeug	320	9 Der Nordosten	427
Rundgang von der			
Festung zum Bazar	321	Region Khorassan	432
Die Gärten von Shiraz	333	Provinz Nord-Khorassan	432
Praktische Informationen	340	Mashhad	433
Provinz Fars	343	Umgebung von Mashhad	441
Archäologische Stätten		Kalat-e Naderi	443
um Persepolis	343	Afghanische Grenze	
Bishapur und Firuzabad	357	und Torbat-e Jam	444
Der Osten und Südosten von Fars	364	Neishabour	444

Sarakhs und turkmenische Grenze	446	11 Land und Leute	521
Durch die Große Kavar	447	Geografie	522
Provinz Semnan	451	Klima	525
Stadt Semnan	451	Flora	527
Damghan	452	Fauna	529
Shahrud	454	Umweltschutz	531
Bastam	455	Geschichte und Politik	533
		Staat und Regierung	578
		Verwaltungsgliederung	579
		Wirtschaft	582
	459	Tourismus	583
		Medien	585
		Bildungssystem	586
An- und Weiterreise	460	Gesundheitswesen	
Ausrüstung und Reisegepäck	472	und Sozialversicherung	588
Autofahren	473	Bevölkerung	588
Diplomatische Vertretungen	476	Sprachen	591
Ein- und Ausreisebestimmungen	478	Religionen	592
Einkaufen	482	Alltagsleben, Sitten und Gebräuche	601
Elektrizität	484	Literatur	614
Essen und Trinken	484	Kunsthandwerk	620
Fotografieren	488	Malerei	622
Geld und Reisekasse	488	Architektur	623
Gesundheit und Hygiene	493	Musik	626
Informationen	494	Theater und Ta'ziye	628
Kalender und Feiertage	497	Kino	629
Nachtleben	502	Sport	631
Öffnungszeiten	502		
Orientierung	502		
Post	503		
Reisezeit	503		
Sicherheit	505	12 Anhang	637
Sport und Aktivitäten	508	Reise-Gesundheitsinformationen	638
Sprache und Verständigung	509	Glossar	639
Telefonieren	510	Literaturtipps	642
Unterkunft	512	Sprachhilfe	646
Verhaltenstipps	513	Register	659
Verkehrsmittel	515	Fotonachweis	671
Versicherungen	517	Die Autoren	671
Zeitverschiebung	519		