

Wissenswertes über die Seychellen

Inseln des Überflusses	10
Steckbrief Seychellen	12
Natur und Umwelt	14
Geografische Gliederung	14
Urzeitliche Natur	17
Pflanzenwelt	21
Tierwelt	29
Umwelt- und Naturschutz	37
National- und Naturparks	40
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik	42
Wirtschaftliche Entwicklung	42
Zukunftschanzen	46
Lebensstandard	49
Bildungswesen	49
Geschichte	50
Die ersten Seefahrer	50
Europäer im Indischen Ozean	50
Die Franzosen im Indischen Ozean	52
Britische Seychellen	56
Die Seychellen als Verbannungsort	60
Der Weg in die Unabhängigkeit	62
Zeittafel	66
Gesellschaft und Alltagskultur	68
Bevölkerung und Lebensweise	68
Kreol	69
Keine Rassenprobleme?	71
Familienstruktur	72
Zauberei	72
Volksmedizin	73
Die Kokospalme – ein ‚Lebensretter‘	75
Feste und Veranstaltungen	77
Architektur und Kunst	81
Musik und Tanz	81
Kunst und Kunsthandwerk	82
Architektur	84

Essen und Trinken	88
Kreolische Esskultur auf den Seychellen	88
Getränke	90
Essen gehen	91
Essgewohnheiten	92
Das Obstproblem	93
Ein kreolisches Menü zum Nachkochen	95
Kulinarisches Lexikon	96

Wissenswertes für die Reise

Informationsquellen	100
Reise- und Routenplanung	104
Anreise und Verkehr	111
Unterkunft	116
Sport und Aktivurlaub	120
Einkaufen	129
Ausgehen	133
Gut zu wissen	134
Reisekasse und Reisebudget	137
Reisezeit und Reiseausrüstung	139
Gesundheit und Sicherheit	142
Kommunikation	144
Sprachführer	146

Unterwegs auf den Seychellen

Kapitel 1 Mahé und küstennahe Inseln

Auf einen Blick: Mahé und küstennahe Inseln	152
Victoria und Les Trois Frères	154
Victoria · Rund um den Clock Tower von Victoria	154
Victorias Marktviertel	158
Zwischen Stadion und Mont Fleuri	160
Neues Land	161
Aktiv unterwegs: Frühmorgens auf dem Sir Selwyn Selwyn Clarke Market	165
Aktiv unterwegs: Bergtour auf die Trois Frères	168

Ste. Anne Marine National Park	172	Aktiv unterwegs: Um die Südspitze von La Digue wandern	267
Sainte Anne	172	Aktiv unterwegs: Per Flugzeug und Fähre oder	
Cerf Island	173	per Hubschrauber nach La Digue	271
Moyenne Island	174	Das Inselinnere	271
Aktiv unterwegs: Tauchen und Schnorcheln			
· im Ste. Anne Marine N. P.	175	Kleine Inseln rund um Praslin und La Digue	274
Round Island	180	Cousin und Cousine Island	274
Long Island	181	Weitere Inseln nahe Praslin	278
Nordmahé und die Beau Vallon Bay	182	Aktiv unterwegs: Rundwanderung auf Aride	280
Von Victoria aus an der Ostküste nach Süden	182	Inseln nahe La Digue	289
Die Nordspitze von Mahé	183	Private Tourismusinseln der Inneren Seychellen	292
Zur Beau Vallon Bay	188	Silhouette	292
Aktiv unterwegs: Wanderung von La Bastille		North Island	296
in die Beau Vallon Bay	191	Aktiv unterwegs: Bottomfishing und Tauchen	297
Bei Ombre und Danzil	194	Frégate	298
Aktiv unterwegs: Ausflüge zu den Tauchgründen		Bird Island und Denis Island	302
im Norden Mahés	198		
Die Berge zwischen Victoria und			
der Beau Vallon Bay	200		
Der Süden und der Westen von Mahé	202	Kapitel 3 Outer Islands	
Die Südostküste	202	Auf einen Blick: Die Outer Islands	312
Rund um die Südspitze von Mahé	209	Die Aldabra-Gruppe	314
Die Südwestküste	212	Das Aldabra Atoll	314
Die mittlere und nördliche Westküste	221	Aktiv unterwegs: Besuch von Aldabra im Frühjahr und Herbst	326
Port Glaud und Umgebung	225	Weitere Inseln der Aldabra-Gruppe	327
Sans Souci Road	228	Amiranten, Farquhar-Gruppe, Coëtivy und Plate	328
Wanderung auf den Morne Blanc	228	Die Amiranten	328
Kapitel 2 Praslin, La Digue und Satelliteninseln		Die Farquhar-Gruppe	338
Auf einen Blick: Praslin, La Digue und Satelliteninseln	232	Coëtivy und die Plate	339
Praslin	234	Register	340
Praslin Nordostküste	235	Abbildungsnachweis/Impressum	344
Anse Lazio	242		
Praslin Südwestküste	245		
Aktiv unterwegs: Wanderungen auf Praslin	248		
Baie Ste. Anne und das Vallée de Mai	249		
La Digue	258		
La Digue nördlich des Landungsstegs	260		
La Digue südlich des Landungsstegs	261		
Zu Fuß in Küstennähe unterwegs	266		
Themen			
Bedroht: Haifische – die Löwen der Meere	34		
Treibnetzfischerei	44		
Gemeinsame Probleme kleiner Inselstaaten	48		
Das Ende von Sklavenhandel und Sklaverei	57		

Festival Kreol	80
Das State House und seine Geschichte	86
Friedhof und Riese von Bel Air	159
Karneval und Culinary & Arts Fiesta	163
Aufschüttungen – ein Konzept zur Entwicklung der Inseln	170
Die Bedeutung des Ste. Anne Marine National Park	178
Der Piratenschatz von Bel Ombre	195
Der neue Jardin du Roi	207
Louis XVII.	213
Erzbischof Makarios im Exil	226
Verhaltensregeln beim Tauchen	243
Die Meereskokosnuss (Seychellenkoks, Koko Dmer)	252
Praslin und Curieuse – General Gordons Paradies	284
Aus der Sicht eines Fernreiseepioniers	299
Aldabra – das größte Korallenatoll der Erde?	319
Die Riesenschildkröten von Aldabra	322
Probleme auf Aldabra	325

Alle Karten auf einen Blick

Mahé und küstennahe Inseln: Überblick	153
Victoria: Cityplan	156
Bergtour auf die Trois Frères: Wanderkarte	168
Nordmahé	184
Von La Bastille in die Beau Vallon Bay: Wanderkarte	191
Südmahé	205
Babarons Beach	223
Mahé: Mittlere und nördliche Westküste	224
Praslin, La Digue und Satelliteninseln: Überblick	232, 233
Praslin	240
La Digue	263
Inseln nahe Praslin	279
Aride	280
Inseln nahe La Digue	291
Die Outer Islands: Überblick	312
Aldabra-Gruppe	324
Amiranthen	334

► Dieses Symbol im Buch verweist auf
die Extra-Reisekarte Seychellen