

Inhalt

Vorwort	4	Mariel	86
Kartenverzeichnis	7	Bahía Honda	87
Exkursverzeichnis	8	Artemisa	87
Was man unbedingt wissen muss	10		
Die Regionen im Überblick	12		
1 La Habana – Stadt und Provinz	14	2 Der Westen	88
La Habana – Stadt der Säulen		Übersicht	90
Übersicht	16	Soroa	90
Habana Vieja – die Altstadt	16	Las Terrazas	95
Centro Habana	21	Pinar del Río	98
Vedado	39	Valle de Viñales	104
Miramar	48	Viñales	105
Casablanca	57	Cayo Jutías	114
Regla	62	Minas de Matahambre	114
Südliches La Habana	64	Puerto Esperanza	115
Allgemeine Infos La Habana	66	Cayo Levisa	115
Ausflüge	67	San Diego de los Baños	116
Provinz La Habana			
Cojímar	72	3 Zentral-Cuba	118
Playas del Este	74	Übersicht	120
Santa Cruz del Norte	75	Matanzas	129
Playa Jibacoa	77	Varadero	139
San Antonio de los Baños	82	Cárdenas	148
Batabanó	83	Colón	151
Playa Baracoa	84	Rund um die Schweinebucht	151
Playa El Salado	85	Cienfuegos	158
	85	Santa Clara	173
	86	Hanabanilla-See	176
		Sagua La Grande	176
		Remedios	177
		Caibarién	179
		Trinidad	181
		Nationalpark Sierra del Escambray	194
		Sancti Spíritus	196
		Ciego de Ávila	201
		Morón	204
		Camagüey	207
		Nuevitas	213
		Playa Santa Lucía	215

4**Der Oriente**

Übersicht

Holguín

Gibara

Guardalavaca

Banes

Birán

218	Naturpark Loma de la Mensura	245
219	Cayo Saetía	245
220	Bayamo	246
	Manzanillo	249
	Niquero	252
224	Santiago de Cuba	253
	Nationalpark La Gran Piedra	268
226	Playa Siboney	269
226	Nationalpark Baconao	270
235	Die Küste der Sierra Maestra	271
240	Provinz Guantánamo	273
243	Guantánamo	274
245	Baracoa	279

5

Inseltouren

- Archipiélago de Camagüey
- Isla de la Juventud
- Cayo Largo
- Jardines de la Reina

290

Gesundheit	344
Informationsstellen	346
Landkarten	347
Lernen, Leben, Arbeiten	347
Maße und Gewichte	348
Mit Kindern unterwegs	348
Nachtleben	349
Notfälle	349
Öffnungszeiten	351
Orientierung und Adressen	351
Post	353

6

Praktische Reisetipps A–Z

- Anreise
- Auto fahren
- Bekleidung
- Einkäufe
- Ein- und Ausreisebestimmungen
- Elektrizität
- Essen und Trinken
- Fotografieren
- Frau allein auf Cuba
- Geld

312

Rad fahren	354
Sicherheit	355
Sport und Erholung	356
Sprache	365
Telefonieren und Internet	365
Trinkgeld	369
Uhrzeit	369
Unterkunft	369
Unterwegs auf Cuba	372
Verhaltenstipps	372
Verkehrsmittel	372
Versicherungen	381

7 Land und Leute

384

Film

486

Musik und Tanz

489

Geografie	386
Klima	387
Flora	392
Fauna	407
Umwelt- und Naturschutz	417
Nationalparks von West nach Ost	417
Staatssymbole	424
Geschichte	426
Staat und Politik	439
Gesundheitswesen	443
Bildungswesen	445
Medien	446
Wirtschaft	447
Bevölkerung	454
Religion	456
Feste und Feiertage	463
Alltagsleben	465
Architektur	472
Literatur	479
Kunsthandwerk und Malerei	484

8 Anhang

502

Literaturtipps	504
Glossar	506
Kleine Sprachhilfe	508
Diskografie	510
Dominosteine für den Notfall	511
Reise-Gesundheits- Information Cuba	512
Register	517
Der Autor	527

 Sancti Spíritus