

|  |    |
|--|----|
| <b>Vorwort</b>                             | 11 |
| <b>Hinweise zur Benutzung</b>              | 12 |
| <b>Zeichenlegende</b>                      | 12 |
| <b>Entfernungstabelle</b>                  | 13 |
| <b>Das Wichtigste in Kürze</b>             | 14 |
| <b>Die wichtigsten Sehenswürdigkeiten</b>  | 17 |
| <br><b>Routenvorschläge:</b>               |    |
| <b>Die schönsten Touren</b>                | 18 |
| Nordoman intensiv (15 Tage)                | 19 |
| Nordoman mit Salalah (15 Tage)             | 21 |
| Nordoman mit Musandam (17 Tage)            | 23 |
| Oman umfassend (21 Tage)                   | 24 |
| Oman umfassend mit Dachzelt (22 Tage)      | 28 |
| Nordoman mit Muße (10 Tage)                | 30 |
| <br><b>Land und Leute</b>                  |    |
| Zahlen und Fakten                          | 34 |
| <br><b>Geografie und Klima</b>             |    |
| Naturräumliche Gliederung                  | 35 |
| Omans Gebirge (Geologie)                   | 37 |
| Klima und Reisezeit                        | 40 |
| <br><b>Natur und Umwelt</b>                |    |
| Flora und Fauna                            | 43 |
| Küste und Meeresbewohner                   | 46 |
| Natur- und Umweltschutz                    | 47 |
| <br><b>Geschichte</b>                      |    |
| Die Frühzeit: Wohlstand durch Kupfer       | 49 |
| Altsüdarabische Reiche und Weihrauchstraße | 53 |
| Die persische Vorherrschaft                | 57 |
| Inner-Oman:                                |    |
| Die ibaditischen Imame                     | 59 |
| Seefahrer: Aufschwung durch Fernhandel     | 61 |
| Die Seemacht Hormus                        | 62 |
| Portugiesisches Zwischenspiel              | 63 |

|   |     |
|---|-----|
| Die Ya'aruba-Dynastie und die Expansion nach Ostafrika      | 64  |
| Die Al Bu Sa'id-Dynastie und die britische Kolonialisierung | 67  |
| Aufbruch in die Moderne:<br>Sultan Qaboos                   | 69  |
| <br><b>Religion</b>   | 73  |
| Die Entstehung des Islam                                    | 73  |
| Die fünf Pfeiler des Islam                                  | 75  |
| Koran und Hadithe   | 77  |
| Ibadismus   | 78  |
| Islamisches Rechtssystem: Sha'ria                           | 81  |
| <br><b>Bevölkerungsgruppen und Stammesstruktur</b>          | 82  |
| Stämme  | 83  |
| Frauen  | 86  |
| Umgangsformen   | 87  |
| <br><b>Wirtschaft</b>                                       | 88  |
| Landwirtschaft  | 89  |
| Wassermanagement  | 94  |
| Fischerei   | 95  |
| Märkte und lokaler Handel                                   | 97  |
| Moderne Wirtschaft: Öl, Gas, Industrie                      | 98  |
| Im Fokus: der Nichterdölssektor                             | 100 |
| Diversifizierung und Infrastrukturprojekte                  | 101 |
| Omanisierung und Privatisierung                             | 104 |
| Tourismus   | 105 |
| <br><b>Politik und Verwaltung</b>                           | 107 |
| Staatsaufbau und politische Kultur                          | 107 |
| Verwaltung  | 109 |
| Bildungs- und Gesundheitssystem                             | 110 |
| Außenpolitik  | 111 |
| <br><b>Kultur, Kunst und Kunsthandwerk</b>                  | 112 |
| Sprache, Literatur, Musik                                   | 112 |
| Moderne Medien und Kommunikation                            | 114 |
| Feste und Veranstaltungen                                   | 114 |

|   |     |
|---|-----|
| Omanische Küche                               | 116 |
| Typische Rezepte                              | 119 |
| Architektur                                   | 121 |
| Kunsthandwerk                                 | 123 |
| <br>  |     |
| <b>Muscat und die Hauptstadtregion</b>        | 130 |
| <b>Metropole an der Küste</b>                 | 132 |
| Stadtgeschichte                               | 133 |
| Die regionale Gliederung der Hauptstadtregion | 135 |
| Muscat-Altstadt                               | 138 |
| Muscat-Mutrah                                 | 141 |
| Muscat-Ruwi                                   | 147 |
| Muscat-Qurum                                  | 151 |
| Al-Khuwair und die westlichen Stadtteile      | 156 |
| Fischerorte und Buchten im Südosten           | 163 |
| Informationen Muscat und die Hauptstadtregion | 167 |
| <br>  |     |
| <b>Die Batinah</b>                            | 174 |
| <b>Entlang der Küste nach Westen</b>          | 176 |
| Seeb  | 176 |
| Barka   | 178 |
| Ras al-Sawadi                                 | 181 |
| Masna'ah                                      | 182 |
| Sohar   | 184 |
| Die Küste von Sohar zur Grenze                | 187 |
| Wadi Jizzi                                    | 187 |
| <br>  |     |
| <b>Zwischen Küste und Gebirge</b>             | 190 |
| Nakhl und Al Thowarah                         | 190 |
| Rustaq  | 191 |
| Al-Hazm                                       | 192 |
| <br>  |     |
| <b>Nizwa und der Westliche Hajar</b>          | 194 |
| Der Westliche Hajar                           | 196 |

|   |     |
|---|-----|
| <b>Auf der Autobahn über den Suma'il-Pass</b>   | 197 |
| <b>Zwischen Ibri und der Küste</b>              | 198 |
| <b>Durch die Wadis des Westlichen Hajar</b>     | 199 |
| <b>Jebel Akhdar (Saiq-Plateau)</b>              | 205 |
| <b>Jebel Shams</b>                              | 209 |
| <br>  |     |
| <b>Oasen der Dakhiliyah</b>                     | 212 |
| <b>Nizwa</b>                                    | 212 |
| <b>Kleine Oasen der Dakhiliyah</b>              | 220 |
| <br>  |     |
| <b>Die Provinzen Al-Dhahirah und Al-Buraimi</b> | 224 |
| <b>Gräber bei Al-Ayn und Bat</b>                | 224 |
| <b>Ibri</b>                                     | 224 |
| <b>Yanqul</b>                                   | 225 |
| <b>Buraimi</b>                                  | 226 |
| <br>  |     |
| <b>Al-Sharqiyah</b>                             | 230 |
| <br>  |     |
| <b>Die Küste der Sharqiyah</b>                  | 232 |
| <b>Quriat</b>                                   | 233 |
| <b>Wadi Dhayqah</b>                             | 233 |
| <b>Salma-Plateau</b>                            | 234 |
| <b>Wadi Shab und Wadi Tiwi</b>                  | 235 |
| <b>Qalhat und Bibi Maryam</b>                   | 235 |
| <b>Sur</b>                                      | 236 |
| <b>Ras al-Hadd</b>                              | 245 |
| <b>Ras al-Jinz</b>                              | 245 |
| <br>  |     |
| <b>Die Wahiba-Wüste</b>                         | 247 |
| <b>Bani Bu Hassan &amp; Bani Bu Ali</b>         | 249 |
| <b>Wadi Bani Khalid</b>                         | 249 |
| <b>Al-Mintirib und Al-Mudayrib</b>              | 249 |
| <b>Ibra</b>                                     | 250 |
| <b>Samad ash-Shan und Sinaw</b>                 | 251 |
| <br>  |     |
| <b>Al-Wusta und Rub al-Khali</b>                | 254 |
| <br>  |     |
| <b>Die ›Leere Mitte‹</b>                        | 256 |
| <br>  |     |
| <b>Die Küste zwischen Masirah und Dhofar</b>    | 256 |

|   |         |
|---|---------|
| Masirah   | 256     |
| Khaluf  | 258     |
| Ras Duqm  | 259     |
| Vom Ras Madrakah nach<br>Shuwaymiyah                      | 261     |
| <br><b>Die Jiddat al-Harasis und<br/>die Rub al-Khali</b> | <br>262 |
| Auf der Nationalstraße 31<br>nach Salalah                 | 262     |
| Jiddat al-Harasis:<br>Nature Reserve und Huqf             | 262     |
| Rub al-Khali  | 262     |
| <br><b>Dhofar</b>   | <br>266 |
| <br><b>Geografie und Geschichte<br/>des Dhofar</b>        | <br>268 |
| Weihrauch – Sinnbild<br>vergangener Größe                 | 269     |
| Der Kampf um Dhofar                                       | 270     |
| <br><b>Salalah</b>  | <br>271 |
| Sehenswürdigkeiten  | 271     |
| Informationen Salalah                                     | 275     |
| <br><b>Die Umgebung von Salalah</b>                       | <br>280 |
| Die Küste östlich von Salalah                             | 280     |
| Die Küste westlich von Salalah                            | 284     |
| <br><b>Die Exklave Musandam</b>                           | <br>286 |
| <br><b>Geografie und Geschichte<br/>Musandams</b>         | <br>288 |
| <br><b>Khasab und der Norden<br/>Musandams</b>            | <br>292 |
| Khasab  | 294     |
| Jebel Harim   | 295     |
| <br><b>Dibba und die Ostküste<br/>Musandams</b>           | <br>297 |
| Dibba   | 297     |
| Exklave Madha   | 298     |

## **Reisetipps von A bis Z** 300

|                      |     |
|----------------------|-----|
| Sprachführer         | 319 |
| Glossar              | 327 |
| Die Autoren          | 329 |
| Literatur            | 330 |
| Der Oman im Internet | 331 |
| Register             | 333 |
| Bildnachweis         | 337 |
| Kartenregister       | 346 |

## **Extra**

|   |     |
|---|-----|
| Die Rosen des Jebel Akhdar                    | 45  |
| Die Königin von Saba                          | 56  |
| Sultan Qaboos und die<br>ungeklärte Nachfolge | 70  |
| Kamele: Überlebenskünstler<br>in der Wüste    | 85  |
| Aflaj: Bewässerung mit<br>langer Tradition    | 92  |
| Qahwa   | 137 |
| Navigation                                    | 189 |
| Datteln                                       | 218 |
| Magan, Dilmun und Meluhha                     | 229 |
| Traditioneller Schiffbau: Dhaus               | 244 |
| Kumma   | 279 |