

# Inhalt

Vorwort	4
Verzeichnis der Karten	8
Verzeichnis der Exkurse	9
Die Regionen im Überblick	10
Routenvorschläge	13
Steckbrief Uruguay	14

## Montevideo und Umgebung 17

<b>Montevideo – die Hauptstadt</b>	<b>19</b>
Überblick	20
Ankunft am Flughafen und Fahrt in die Stadt	23
Orientierung	26
Unterwegs in der Stadt	26
Montevideo mit dem Fahrrad	27
Altstadt und Zentrum	29
Fortaleza del Cerro de Montevideo	36
Parque Rodó	37
Parque del Prado	37
Pocitos	38
(Barra de) Carrasco	38
Praktische Tipps	39
<b>Canelones</b>	<b>56</b>
<b>Ciudad de la Costa</b>	<b>60</b>
<b>Salinas</b>	<b>63</b>
<b>Atlántida</b>	<b>64</b>
Das Adlerhaus	67

## Der Süden und die Küste westlich von Montevideo 69

<b>Kiyú</b>	<b>71</b>
<b>San José de Mayo</b>	<b>75</b>
<b>Nueva Helvecia</b>	<b>82</b>
Colonia Valdense	84
<b>Colonia del Sacramento</b>	<b>86</b>
Parque Anchorena – präsidiale Sommerresidenz	94
Bodega Los Cerros de San Juan	95
<b>Carmelo</b>	<b>96</b>

## Der Westen und der Río Uruguay 105

<b>Mercedes</b>	<b>107</b>
Bosques del Río Negro	113
Gruta del Palacio	113
<b>Fray Bentos</b>	<b>113</b>
<b>Paysandú</b>	<b>117</b>
Termas de Guaviyú	123
<b>Salto</b>	<b>124</b>
Termas del Daymán	128
Termas de Salto Grande	129
Termas del Arapey	129

## Der Norden und das Landesinnere 131

<b>Artigas</b>	<b>133</b>
<b>Rivera</b>	<b>139</b>
<b>Valle del Lunarejo</b>	<b>141</b>
<b>Tacuarembó</b>	<b>144</b>
Valle Edén	151
San Gregorio de Polanco	153
<b>Quebrada de los Cuervos</b>	<b>155</b>
<b>Laguna Merín</b>	<b>158</b>

## Der Süden und die Küste östlich von Montevideo **161**

<b>Chuy</b>	<b>163</b>
Fuerte de San Miguel	168
Barra del Chuy	169
<b>Punta del Diablo</b>	<b>171</b>
Parque Nacional Santa Teresa	176
<b>Aguas Dulces</b>	<b>177</b>
Monte de Ombúes	180
<b>Cabo Polonio</b>	<b>182</b>
Sandboarden in den Wanderdünen	185
<b>La Paloma</b>	<b>185</b>
<b>José Ignacio</b>	<b>188</b>
<b>Punta del Este / Maldonado</b>	<b>193</b>
Isla Gorrití	202
Isla de Lobos	203
<b>Punta Ballena</b>	<b>203</b>
<b>Sierra de la Ballena</b>	<b>207</b>
<b>Piriápolis</b>	<b>209</b>
<b>Minas</b>	<b>216</b>
Salto del Penitente	219
Villa Serrana	220

## Praktische Reisetipps A–Z **223**

An- und Einreise	224
Ausrüstung und Kleidung	229
Camping	229
Diplomatische Vertretungen	230
Einkaufen und Souvenirs	231
Elektrizität	231
Essen und Trinken	231
Feste und Feiertage	233
Frauen allein unterwegs	234
Geld und Finanzen	234
Gesundheit	236
Informationen	237

Mit Kindern reisen	238
Nachtleben	238
Notfall	239
Öffnungszeiten	239
Radfahren	240
Reisen in Uruguay	240
Reisen mit Handicap	243
Reisezeit und Klima	243
Sicherheit und Kriminalität	244
Sport und Erholung	245
Sprache	247
Telefon, Post und Internet	248
Unterkunft	249
Versicherungen	250
Zeitunterschied	251

## Land und Leute **253**

Geografie	254
Flora und Fauna	255
Umwelt- und Naturschutz	257
Geschichte	257
Aktuelle Politik	264
Staat und Verwaltung	265
Bevölkerung	268
Religionen	268
Traditionen und Bräuche	269
Bildung und Soziales	271
Medien	274
Wirtschaft	275
Tourismus	279
Kunst und Kultur	281
Architektur	282

## Anhang **285**

Reise-Gesundheitsinformationen	286
Literaturtipps	288
Mini-Sprachhilfe	289
Register	292
Der Autor	300