

# Inhalt

Vorwort	4
Karten	9
Exkurse	10
Zu Sprache und Schrift	11
Was man unbedingt wissen sollte	12
Reiseziele	13
Die Regionen im Überblick	14

## **Stadt und Provinz Teheran** **19**

<b>Stadt Teheran</b>	<b>21</b>
Geschichte	21
Orientierung	25
Ankunft	25
Die Metro	29
Schnellbusse	33
Sehenswertes im Zentrum	33
Sehenswertes im Norden	56
Sehenswertes im Süden	60
Praktische Informationen	63

<b>Provinz Teheran</b>	<b>75</b>
Zentraler Alborz	75
Varamin	81
Karaj	81
Fajrabad	83
Hashtgerd	83

## **Die Provinzen am Kaspischen Meer** **85**

<b>Provinz Gilan</b>	<b>90</b>
Rasht	90
Bandar Anzali	95
Fuman	99
Masuleh	100
Lahijan	101

<b>Provinz Mazanderan</b>	<b>106</b>	<b>Der Westen</b>	<b>175</b>
Ramsar	107		
Entlang der Küste nach Chalus	111	<b>Die Provinzen Qazvin, Alborz und Zanjan</b>	<b>178</b>
Kalardasht	111	Das westliche Alborz-Vorland	178
Nur und Mahmudabad	113	Stadt Qazvin	181
Amol	113	Zanjan	188
Babol, Babolsar, Sari	115	Soltaniyeh	190
Behshahr	120		
		<b>Die Provinzen Hamadan, Kordestan und Kermanshah</b>	<b>193</b>
<b>Provinz Golestan</b>	<b>120</b>	Stadt Hamadan	195
Gorgan	121	Provinz Kordestan	206
Aq Qal'eh und die Turkmenensteppe	126	Provinz und Stadt Kermanshah	209
Bandar Torkaman	127		
Gonbad-e Kavus	128		
Nationalpark Golestan	129	<b>Provinz Khuzestan</b>	<b>221</b>
Ziaratgahe Khaled Nabi	130	Ahvaz	225
		Haft Tappeh, Susa und Chogha Zanbil	229
<b>Die azerbeijanischen Provinzen und Ardabil</b>	<b>133</b>	Andimeshk und Dezful	235
		Shushtar	236
		Abadan und Khorramshahr	241
<b>Provinz West-Azerbeijan</b>	<b>136</b>	<b>Die Zagros-Provinzen</b>	<b>242</b>
Orumiyeh	136	Provinz Ilam	242
Orumiyeh-See	140	Provinz Lorestan	243
Prähistorische Siedlung von Hasanlu	142	Provinz Chahar Mahale-ya Bakhtiyari	245
Bazargan	143	Provinz Buyer Ahmad-o Kuhgiluye	247
Maku	143		
Armenische Kirche Qarah Kelisa	145		
Khoy	147	<b>Isfahan und das Zentrum</b>	<b>251</b>
Takab und Takht-e Soleyman	148		
		<b>Stadt Isfahan</b>	<b>254</b>
<b>Provinz Ost-Azerbeijan</b>	<b>151</b>	Geschichte	255
Tabriz	152	Orientierung	256
Kandovan	161	Ankunft	257
Maragheh	161	Sehenswertes rund	
Bandar Sharaf Khaneh	164	um den Meydan-e Imam	258
Jolfa und Kloster St. Stephanos	164	Sehenswertes an der	
Marand	165	Hauptstraße Chahar Bagh	269
Festung Qal'eh-ye Babak	165	Brücken über den Zayandeh Rud	271
		Sehenswertes rund	
<b>Provinz Ardabil</b>	<b>166</b>	um die Freitagsmoschee	274
Stadt Ardabil	166	Sehenswertes jenseits	
Sar-e Eyn und Berg Sabalan	172	des Zayandeh Rud	279

Praktische Informationen	282	<b>Die Küste des Persischen Golfs</b>	<b>389</b>
Umgebung von Isfahan	286		
<b>Provinz Isfahan</b>	<b>288</b>	Bushehr	394
Natanz	288	Die Küste zwischen	
Abyaneh	290	Bushehr und Bandar Abbas	396
Matinabad	291	Bandar Abbas	399
Ardestan	292	Insel Hormoz	403
Zavareh	292	Minab	405
Na'in	293	Insel Qeshm	405
Varzaneh und Tudeshk	295	Insel Kish	409
Kashan	295		
Umgebung von Kashan	302		
		<b>Der Südosten</b>	<b>415</b>
<b>Die Provinzen Qom und Markazi</b>	<b>304</b>		
Stadt Qom	305	<b>Provinz Kerman</b>	<b>417</b>
Arak	309	Stadt Kerman	420
Saveh	311	Umgebung von Kerman	429
		Jiroft	433
<b>Provinz Yazd</b>	<b>312</b>	Bam	435
Stadt Yazd	312	Darijan	437
Taft	325	Meymand	438
Meybod und Ardakan	325		
Abarkuh	328	<b>Provinz Sistan va Baluchestan</b>	<b>439</b>
Fahraj	329	Zahedan	440
		Zabol und das Becken von Sistan	442
		Umgebung von Zabol	444
<b>Shiraz und Provinz Fars</b>	<b>331</b>	Iran Shahr und Bampur	445
		Chabahar	445
<b>Shiraz</b>	<b>334</b>		
Geschichte	334		
Orientierung	335	<b>Der Nordosten</b>	<b>449</b>
Ankunft mit dem eigenen Fahrzeug	336		
Rundgang von der		<b>Region Khorassan</b>	<b>454</b>
Festung zum Bazar	337	Provinz Nord-Khorassan	454
Die Gärten von Shiraz	350	Mashhad	455
Praktische Informationen	356	Umgebung von Mashhad	464
		Kalat-e Naderi	465
<b>Provinz Fars</b>	<b>360</b>	Afghanische Grenze u. Torbat-e Jam	466
Archäologische Stätten		Neishabour	466
um Persepolis	360	Sarakhs und turkmenische Grenze	468
Bishapur und Firuzabad	373	Süd-Khorassan, Heimat des Safrans	470
Der Osten und Südosten von Fars	381	Durch die Große Kavir	471

<b>Provinz Semnan</b>	<b>476</b>	<b>Land und Leute</b>	<b>545</b>
Stadt Semnan	476		
Damghan	478	Geografie	546
Shahrud	480	Klima	549
Bastam	482	Flora	551
		Fauna	553
		Umweltschutz	555
		Geschichte und Politik	557
		Staat und Regierung	602
		Verwaltungsgliederung	603
<b>Praktische Reisetipps A–Z</b>	<b>485</b>	Wirtschaft	606
		Tourismus	607
An- und Weiterreise	486	Medien	609
Ausrüstung und Reisegepäck	497	Bildungssystem	611
Autofahren	498	Gesundheitswesen	
Diplomatische Vertretungen	501	und Sozialversicherung	612
Ein- und Ausreisebestimmungen	503	Bevölkerung	613
Einkaufen	507	Sprachen	615
Elektrizität	508	Religionen	616
Essen und Trinken	508	Alltagsleben, Sitten und Gebräuche	625
Fotografieren	512	Literatur	638
Geld und Reisekasse	513	Kunsthandwerk	644
Gesundheit und Hygiene	518	Malerei	646
Informationen	520	Architektur	647
Kalender und Feiertage	522	Musik	650
Nachtleben	527	Theater und Ta'ziye	652
Öffnungszeiten	527	Kino	653
Orientierung	527	Sport	655
Post	528		
Reisezeit	528		
Sicherheit	529	<b>Anhang</b>	<b>661</b>
Sport und Aktivitäten	532		
Sprache und Verständigung	533	Reise-Gesundheitsinformationen	662
Telefonieren	534	Glossar	663
Unterkunft	535	Literaturtipps	666
Verhaltenstipps	536	Sprachhilfe	670
Verkehrsmittel	539	Fotonachweis	677
Versicherungen	541	Register	686
Zeitverschiebung	543	Die Autoren	695