



Einleitung

II

I. LAND UND LEUTE

Oman auf einen Blick	13
Historischer Überblick	14
Frühgeschichte 14 · Reichtum durch Kupfer 14 · Hafeet- und Umm al Nar-Periode 15 · Bronze- und Eisenzeit 16	
Persische Herrschaft 16 · Invasoren aus Süd- und Zentralarabien 16	
Aufstieg zur Seehandelsmacht 17 · Verbreitung des Islam 18	
Reichtum durch den Chinahandel 19 · Herrschaft der Portugiesen 20	
Yaruba-Dynastie 21 · Bürgerkrieg 22 · Al Bu Said-Dynastie 22	
Said der Große 23 · Niedergang des Handelsimperiums 24	
Britischer Einfluss 24 · Isolationismus unter Sultan Said 25	
Renaissance unter Sultan Qaboos 25	
Der heutige Oman	26
Innenpolitik 26 · Außenpolitik 27	
Zeittafel	28
Landschaftlicher Überblick	31
Geografie 31 · Geologie 32 · Klima 33 · Flora 36 · Fauna 39	
Unterwasserwelt 44	
Wirtschaftlicher Überblick	52
Gesellschaftlicher Überblick	55
Bevölkerung	55
Religion – Der Islam	56
Geschichte des Islam 57 · Die Glaubensgrundsätze 59	
Die Lehre 60 · Die Moschee 61	
Traditionen	62
Stammeswesen 62 · Rolle der Familie 63 · Frauen in Oman 64	
Die Kleidung 64	
Kultureller Überblick	67
Architektur	67
Kunsthandwerk	70
Arabische Küche	72

Überblick



2. DIE GELBEN SEITEN: OMAN ALS REISEZIEL

Allgemeine Reisetipps von A – Z _____ 79

Die Grünen Seiten:

Das kostet Sie der Aufenthalt in Oman 136

Reisen in Oman 140

3. MUSCAT UND DIE CAPITAL AREA 144

Old Muscat _____ 147

Festungen und Stadttore 147 · Muscat Gate Museum 149

Bait Graiza 149 · Sultanspalast 150 · Bait Fransa 151

Bait al Zubair 151 · Bait Muzna 151

Westlich von Muscat _____ 153

Mutrah _____ 153

Kalbouh Park 154 · Riyam Park 154 · Mutrah Fort 155

Souq 155 · Corniche / Al Lawatiyah 155 · Hafen / Fischmarkt 155

Bait al Baranda 156

Ruwi _____ 156

National Museum 157 · Sultan's Armed Forces Museum 157

Mina al Fahal _____ 158

Qurum _____ 158

Qurum National Park 158 · Children's Museum 158

Medinat al Sultan Qaboos _____ 159

Al Khuwair _____ 159

Natural History Museum 159

Ghubrah _____ 160

Seeb _____ 160

Südöstlich von Muscat _____ 161

Sidab _____ 161

Al Bustan _____ 161

Qantab und Bandar al Jissah _____ 159

Ausflüge von Muscat _____ 163

Festungen im Hajar-Gebirge / Nizwa _____ 163

Die Lagunen rund um Muscat _____ 163

4. DER WESTEN OMANS

Route 1: Von Muskat nach Nizwa	181
Von Seeb nach Fanja	182
Durch die Samail-Schlucht	184
Birkat al Mawz	184
Abstecher in den Jebel Akhdar	184
Nizwa	186
Fort Nizwa I88 · Souq I88	
Route 2: Von Nizwa nach Bahla	192
Tanuf	192
Al Hotta-Höhle	192
Al Hamra	193
Misfah	194
Abstecher zum Jebel Shams	194
Bahla	195
Hisn Tamah I96 · Souq I96 · Töpferwerkstätten I96	
Abstecher zum Fort Jabrin	197
Route 3: Von Bahla nach Buraimi / nach Al Ain in den VAE	198
Al Ayn	199
Bat	200
Ibri	200
Buraimi	201
Geschichte 201 · Sehenswertes 202	
Ausflug nach Al Ain in den Vereinigten Arabischen Emiraten	204
Orientierung 204 · Palmenpark Al Ain 206 · Fort al Sharqi / Al Ain National Museum 206 · Viehmarkt 206 · Sheikh Zayed Palace Museum 207 · Uhrturm, Public Gardens und Fort Jahili 207	
Oasen Al Jimi und Al Qattara 208 · Kamelmarkt 208 · Hili 209	
Al Ain Zoo 209 · Jebel Hafeet 210	
Route 4: Von Muscat an der Küste entlang nach Westen	212
Al Fulayj	214
Barka	214
Fort 215 · Souq 215 · Bullenkämpfe 216 · Bait Na'amān 216	
Al Sawadi und Daymāniyat-Inseln	218
Nakhl	221
Wadi Mistal	222
Wadi Abyadh	223
Al Awabi	223

Wadi Bani Kharus	224
Wadi Bimah (Snake Gorge)	224
Wadi Bani Awf / Wadi Sahtan	225
Rustaq	226
Fort 226 · Souqs 227 · Ain al Kasfah 227	
Al Hazm	228
Variante 1: Durch das Wadi Hawqain nach Al Hazm 229	
Variante 2: Durch das Wadi Bani Hinai nach Al Hazm 229	
Al Masnaah	229
Al Suwayq	230
Al Khaburah	230
Saham	231
Abstecher ins Wadi Hibi	231
Sohar	232
Geschichte 232 · Sehenswertes 233	
Ausflüge von Sohar	235
Vereinigte Arabische Emirate 235 · Berge und Wadis 235	
Liwa	236
Shinas	236
Erweiterung zur Route 4: Fujairah / Ostküste der VAE	237
Kalba / Khawr Kalba 237 · Emirat Fujairah 238 · Fujairah-Stadt 239	
Fujairah Fort 239 · Fujairah Museum 239 · Dattelgärten 240	
Zentralmarkt 240 · Goldsouq 240 · Ain al Madhab Garden 241	
Heritage Village 241 · Stierkampfarena 241	
Khawr Fakkan	243
Bidiyah	243
Dibba	244
5. DER NORDEN OMANS	
Musandam-Halbinsel	247
Khasab	248
Fort 249 · Souq 249 · Hafen 249	
Die Buchten Musandams	252
Khawr Shimm	252
Kumzar	253
Musandams Bergwelt	254
Route 5: Von Khasab nach Al Rawdah	254
Von Khasab nach Bukha	256
Weiterreise in die VAE	257
Shopping-Trip nach Dubai	257



6. DER OSTEN OMANS

Route 6: Durch die Region Sharqiyah	261
Durch das Landesinnere nach Sur	262
Variante 1: Abstecher in die Wadis	262
Wadi Dima und Wadi Tayeen	262
Variante 2: Abstecher nach Sinaw	262
Rawdah, Samad und Al Fath	263
Al Mudaybi	264
Sinaw	264
Ibra	265
Al Mudayrib	267
Al Mintirib	267
Wahiba Sands	267
Wadi Bani Khalid	271
Sur	271
Fort Bilad Sur	272
Fort Sunaysilah	272
Maritime Museum	272
Hafen	272
Dhauwerften	273
Fatah al Khair	274
Ajya	274
Entlang der Küste von Muscat nach Sur	276
Quriat	276
Bamah und Fins	276
Wadi Shab	276
Wadi Tiwi	277
Qalhat	278
Von Sur in den Ja'alan	280
Ras al Hadd	280
Ras al Jinz	281
Al Ashkharah	285
Ja'alan Bani Bu Ali und Ja'alan Bani Bu Hassan	286
Al Kamil und Al Wafi	288
Masirah	289

7. DER SÜDEN OMANS

Route 7: Von Muscat an die Dhofar-Küste	293
Über Bidbid und Izki nach Adam	295
Al Ghahab	296
Hayma / Oryxreservat	297
Al Ghaftayn	298
Quitbit	299

Thumrayt	299
Salalah 302 · Ausgrabungsstätte Al Baleed 303	
Corniche und Weihrauchsouq 309 · Khawr Salalah 309	
Neustadt 309 · Obstgärten 310 · Gräber 310	
Westlich von Salalah	315
Mughsayl 315 · Auf der Zig-Zag Road nach Rhakyut 315	
Nördlich von Salalah	316
An Nabi Ayoub 316 · Ain Jarziz 317 · Weihrauchbäume im Wadi Dawkah 317 · Ausgrabungsstätte Ubar 317 · Al Hashman / Rub al Khali 318	
Östlich von Salalah	319
Quellen 319 · Taqah 320 · Wadi Darbat 320 · Khawr Rori / Samhuram 321 · Tawi Atayr und Jebel Samhan 322 · Mirbat 324 Hasik 325	
 8. OMANS SEESEITE	
Tauchurlaub in Oman	327
Natürliche Bedingungen	327
Infrastruktur	327
Tauchgebiete	328
Musandam-Halbinsel	329
Lima Rock 329 · Pearl Island 330 · Ras al Hamra 330	
Ras Salti Ali 330 · Long Beach 330 · Khawr Ghubb Ali 330	
Region um Muscat	331
Ras al Sawadi 331 · Daymaniyat-Inseln 331	
Wrack der „Al-Munassir“ 331 · Shark Point 332	
Fahal Island 332	
Dhofar-Küste	333
Raha Bay 333 · Eagle's Retreat 333 · Mirbat Reef 333	
Die Ausrüstung	334
 9. ANHANG	
Kleine Sprachhilfe	337
Literaturliste	340
Stichwortverzeichnis	342
Bildnachweis	347

Weiterführende Informationen zu folgenden Themen

Die Wüste lebt 34 · Die Dattel 37 · Das Kamel 40 · Erdöl 53 · Der Khanjar 66
 Religiöse Tabus beim Fleischverzehr 73 · Kleines Obstlexikon 76 · Luxus unter
 dem Wüstenhimmel 162 · Halwa 215 · Das Aflaj-Bewässerungssystem 217
 Beduinen 268 · Zikaden 279 · Meeresschildkröten 282 · Der Arabische Tahr 287
 Delfine 291 · Khareef 300 · Weihrauch 306 · Der Arabische Leopard 323

Karten und Grafiken:

Durchnittstemperaturen in Muscat	120
Muscat Altstadt	148
Mutrah und Ruwi	152
Nizwa	187
Regionalkarte Nizwa – Bahla – Ibri	188
Al Ain	205
Regionalkarte Barka – Rustaq – Al Khaburah	218
Sohar	233
Sur	273
Salalah Zentrum und Übersicht	304

Umschlagkarten:

Vordere Umschlagklappe: Oman Highlights

Hintere Umschlagklappe: Muscat und Capital Area Umgebungsplan