

## **Inhalt**

Vorwort. ....	4
Exkursverzeichnis .....	10
Fünf Highlights auf Kreta .....	11

### **Wandern auf Kreta**

Wanderwege .....	14
Anforderungen .....	16
Gehzeiten. ....	17
Ausrüstung .....	17
Gefahren im Gelände .....	18
Reisezeit und Klima .....	20
Standorte .....	22
GPS-Nutzung .....	26
Karten .....	27

### **Praktische Tipps A-Z**

Anreise .....	30
Baden .....	31
Einkaufen .....	31
Essen und Trinken .....	32
Feiertage .....	33
Informationen .....	34
Kommunikation unterwegs .....	34
Notfälle .....	34
Öffnungszeiten .....	35
Sicherheit .....	35
Sprache .....	36
Toiletten .....	36
Unterkunft .....	37
Verkehrsmittel .....	37
Zeit .....	39

## Land und Leute

Geografie.....	42
Klima.....	45
Flora.....	45
Fauna.....	52
Mythologie.....	59
Geschichte Kretas.....	60
Verwaltung.....	66
Bevölkerung.....	66
Wirtschaft.....	67
Umweltschutz.....	68
Traditionen.....	69

## Westkreta

1	Auf der Halbinsel Gramvouša – Felsenküste und „Piratenbucht“ .....	76
2	Vom Kloster Gouvernéto über das Kloster Katholikó nach Stavros – Zwei Klöster und eine enge Schlucht. . .	82
3	Vom „Kríos-Beach“ nach Elaфонíσι – Zu einem einzigartigen Sandstrand .....	88
4	Von Sougia nach Paleóchora – Badebuchten und antike Ruinen .....	92
5	Im Hinterland von Sougia – Zu einem Aussichtspunkt hoch über der Küste .....	98
6	Von Agía Iríni nach Sougia – Von Schlucht zu Schlucht .....	104
7	Von Koustojérako über die Kapelle Profitis Ilías nach Sougia – Aussichtspunkt über der südlichen Steilküste .....	108
8	Von Sougia nach Agía Roumeli – Entlang der Steilküste des Südens .....	114
9	Durch die Samariá-Schlucht nach Agía Roumeli – Kretas berühmteste Schlucht .....	120
10	Von der Omalós-Hochebene auf den Gíngilos – Felsturm mit Panoramablick .....	126
11	Von Chóra Sfakíon über Loutró nach Agía Roumeli – Traumhafte Südküste .....	130

12	Die Besteigung des Páchnes – Auf den zweithöchsten Berg Kretas . . . . .	136
13	Von Loutró über Anópolis durch die Arádhena-Schlucht – Ein Bergdorf, eine Schlucht, eine Bucht. . .	140
14	Von Chóra Sfakíon durch die Ilíngas-Schlucht nach Anópolis – Eine wilde Schlucht am Fuß der Weißen Berge . . . . .	146
15	Durch die Ímbros-Schlucht nach Chóra Sfakíon – Schluchtwände zum Greifen nahe. . . . .	150

## Zentralkreta

16	Von Argiroúpolis durch die Póros-Schlucht – Entdeckungen im Hinterland von Réthymno . . . . .	158
17	Von Plakiás durch den Fluss Kotsifós nach Mírchios – Abenteuer „Canyoning“ . . . . .	166
18	Am Rande des Megalopótamos-Canyons zum Palmenstrand von Préveli – Ein Traumstrand mit Klosterbesuch . . . . .	172
19	Die Überschreitung des Vríssinas – Auf den Hausberg von Réthymno . . . . .	180
20	Von Perivólia durch die Míli-Schlucht – Ein verlassenes Dorf. . . . .	186
21	Vom Kloster Arkádi nach Píkris und Amnátos – Bergdorfer im Hinterland . . . . .	192
22	Über die Berghütte Toumbótos Prínos auf den Psilorítis – Auf das „Dach“ Kretas . . . . .	200
23	Von der Nída-Hochebene auf den Psilorítis – Noch einmal auf das „Dach“ Kretas . . . . .	204
24	Von Kamáres über die Kamáres-Höhle auf den Díjénis – Sagenumwobene Höhle am Psilorítis . . . . .	210
25	Von Zarós in die Roúvas-Schlucht – Durch eine Schlucht hinauf ins Ída-Gebirge . . . . .	216
26	Von Mátala über bizarre Fjorde zum Red Beach – Fjorde, Felsformationen, Strand . . . . .	220
27	Vom Kloster Odígítrias durch die Agiofárango-Schlucht – Kloster, Höhlenkirche, Schlucht und malerischer Strand . . . . .	226
28	Von Kapetanianá auf den Kófinas – Hoch hinauf ins Asteroússia-Gebirge . . . . .	232

29	Von Kapetanianá zum Kloster Koudoumá – Die zerklüftete Südflanke des Asteroússia-Gebirges . . . . .	236
----	---	-----

## Ostkreta

30	Im Westen der Lassíthi-Hochebene – Die Überschreitung des Aféndis . . . . .	244
31	Von Koudoumalíá auf den Díkti – Auf den höchsten Berg Ostkretas . . . . .	250
32	Über den Karfí zum Dorf Krási – Ein Aussichtsberg und ein malerisches Dorf . . . . .	256
33	Von Tzermiádo auf den Seléna – Ein Panorama-gipfel im Díkti-Gebirge . . . . .	262
34	Wälder am Fuße des Lázaros – Eine Runde um die Alm Selákano . . . . .	266
35	Durch die obere und untere Sarakínas-Schlucht – Schluchten am Rande des Díkti-Massivs . . . . .	272
36	Von Mardáti über Kroustas nach Kritsá – Wilde Täler, alte Maultierpfade . . . . .	278
37	Durch die Kritsá-Schlucht nach Lató – Eine schattige Schlucht, eine historische Bergfestung . . . . .	284
38	Von Thriptí auf den Aféndis Stavroménos – Ein Aussichtsgipfel zwischen den Meeren . . . . .	290
39	Von Kavouí entlang der Thriptí-Schlucht – Altes Aquädukt, eine wilde Schlucht . . . . .	294
40	Von Sfáka nach Tourlotí – Auf Maultierpfaden durchs Ornó-Gebirge . . . . .	300
41	Von Zákros durch das „Tal der Toten“ nach Káto Zákros – Antiker Palast mit Traumstrand . . . . .	306

## Anhang

Literaturtipps . . . . .	312
Kleine Sprachhilfe . . . . .	313
Register . . . . .	319
Impressum . . . . .	322
Der Autor . . . . .	323