

Vorwort	11
Hinweise zur Benutzung	12
Entfernungstabelle	13
Das Wichtigste in Kürze	14
Die wichtigsten Sehenswürdigkeiten	17
Routenvorschläge:	
Die schönsten Touren	18
LAND UND LEUTE	39
Zahlen und Fakten	40
Geografie und Klima	41
Naturräumliche Gliederung	41
Omans Gebirge	43
Klima und Reisezeit	46
Natur und Umwelt	47
Küste und Meeresbewohner	54
Natur- und Umweltschutz	55
Geschichte	57
Die Frühzeit: Wohlstand durch Kupfer	57
Altsüdarabische Reiche und Weihrauchstraße	60
Die persische Vorherrschaft	65
Inner-Oman: Die ibaditischen Imane	67
Seefahrer: Aufschwung durch Fernhandel	69
Die Seemacht Hormuz	70
Portugiesisches Zwischenspiel	71
Die Ya'aruba-Dynastie und die Expansion nach Ostafrika	72
Die Al-Bu-Sa'id-Dynastie und die britische Kolonisierung	73
Aufbruch in die Moderne: Sultan Qaboos	76
Religion	79
Die Entstehung des Islam	80
Die fünf Pfeiler des Islam	82
Koran und Hadithe	83
Ibadismus	84
Islamisches Rechtssystem: Scharia	87

Bevölkerungsgruppen und Stammesstruktur	89
Stämme	90
Frauen	94
Umgangsformen	96
Wirtschaft	97
Landwirtschaft	97
Wassermanagement	103
Fischerei	104
Märkte und lokaler Handel	107
Moderne Wirtschaft: Öl und Gas	108
Im Fokus: Der Nichterdölsektor	110
Diversifizierung und Infra- strukturprojekte	112
Omanisierung und Privatisierung	114
Tourismus	117
Politik und Verwaltung	120
Staatsaufbau und politische Kultur	120
Verwaltung	122
Bildungs- und Gesundheitssystem	122
Außenpolitik	124
Kultur, Kunst und Kunsth Handwerk	127
Sprache, Literatur, Musik	127
Moderne Medien und Kommunikation	128
Feste und Veranstaltungen	130
Architektur	132
Kunsth Handwerk	134
Silberschmiedekunst	136
Holzschnitzerei	137
Färberei und Weberei	137
Korbwaren und Flechtere	139
Töpferei	139
Omanische Küche	140
MUSCAT	145
Metropole an der Küste	146
Stadtgeschichte	147
Die regionale Gliederung der Hauptstadtregion	149

Altstadt	150
Mutrah	154
Ruwi	161
Qurum	162
Al-Khuwair und die west- lichen Stadtteile	171
Fischerorte und Buchten im Südosten	176
Muscat-Informationen	181

DIE BATINAH 193

Entlang der Küste nach Westen	195
Seeb	195
Barka	197
Ras al-Sawadi	199
Musannah	200
Zwischen Al-Suwaiq und Saham	200
Sohar	203

Die Küste von Sohar zur Grenze	210
Wadi Jizzi	211

Zwischen Küste und Gebirge	214
Nakhl und Al-Thowarah	214
Rustaq	215
Al-Hazm	216

NIZWA UND DER WESTLICHE HAJAR 219

Der Westliche Hajar	220
Auf der Autobahn durch das Wadi Suma'il	222
Zwischen Ibri und der Küste	223
Durch die Wadis des Westlichen Hajar	223
Jebel Akhdar (Saiq-Plateau)	234
Jebel Shams	240

Oasen der Dakhiliyah	245
Nizwa	247
Birkat al-Mauz	254
Manah und Fiqain	254
Salut	255

Jabrin	256
Bahla	257
Al-Hamra	258
Tanuf	259

Die Provinzen Al-Dhahirah und Al-Buraimi	265
Ibri	266
Gräber bei Al-Ayn und Bat	267
Fort Al-Aswad in Maqniyat	267
Yanqul	267
Al-Buraimi	268
Grenzübertritt Oman–VAE	270

AL-SHARQIYAH 275

Die Nordostküste der Sharqiyah	277
Quriat	277
Wadi Dhayqah und Wadi Al-Arbiyyin	278
Salma-Plateau	279
Wadi Shab und Wadi Tiwi	281
Qalhat und Bibi Maryam	281
Sur	284

Die Südostküste der Sharqiyah	293
Ras al-Hadd	293
Ras al-Jinz	294
Al-Ashkharah	295

Wahiba-Wüste	297
Im Norden der Wahiba	303
Ibra	303
Oasen im Osten der Ramlat al-Wahiba	306

Im Nordwesten der Sharqiyah	309
Al-Rawdah	309
Samad Al-Shan	309
Al-Khashbah	310
Sinaw	310

AL-WUSTA UND RUB AL-KHALI 315

Die »Leere Mitte«	317
--------------------------	-----

Die Küste zwischen Masirah und Salalah	318
Masirah	318
Khaluf	320
Ras Duqm	320
Vom Ras Madrakah nach Shuwaymiyah	321
 Auf der Nationalstraße 31 nach Salalah	 323
Nature Reserve und Huqf	323
Rub al-Khali	323
 DHOFAR	 327
Geografie und Geschichte des Dhofar	329
Weihrauch – Sinnbild vergangener Größe	329
Der Kampf um Dhofar	330
 Salalah	 332
Sehenswürdigkeiten	332
Al-Baleed	335
Salalah Beach	336
Die Küste östlich von Salalah	341
Die Küste westlich von Salalah	347
 DIE EXKLAVE MUSANDAM	 351
Geographie und Geschichte Musandams	353
Bevölkerung	354
Staatsgrenzen und Perspektiven	355
 Khasab und der Norden Musandams	 357
Khasab	357
Von Khasab ins Landesinnere	360
 Dibba und die Ostküste Musandams	 365
Dibba	365
Exklave Madha	366

REISETIPPS VON A BIS Z	367
-------------------------------	-----

Sprachführer	386
---------------------	-----

ANHANG

Glossar	393
Literatur	394
Oman im Internet	395
Die Autoren	396
Danksagung	396
Register	397
Kartenregister	402
Bildnachweis	402
Kartenlegende	412

EXTRA

Die besondere Vegetation von Oman	50
Die Königin von Saba	64
Sultan Qaboos und die endlich geklärte Nachfolge	77
Kamele: Überlebenskünstler mit Potenzial	92
Aflaj: Bewässerung mit langer Tradition	101
Der Arabische Frühling und seine Folgen	125
Typische Rezepte	142
Navigation	213
Die Rosen des Jebel Akhdar	239
Datteln	252
Rückgrat der Besiedlung: Omans Oasensiedlungen	262
Magan, Dilmun, Meluhha und ein prähistorischer Krimi	272
Die abenteuerliche Entdeckung der Umq-B'ir-Banane	283
Traditioneller Schiffbau: Dhaus	292
Oman für Ornithologen: Vorbereitung und Tipps	312