

Wissenswertes über Bulgarien

<i>Dobre doshli</i> im Land der Berge und Klöster	10
Steckbrief Bulgarien	12
Natur und Umwelt	14
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik	20
Geschichte	28
Zeittafel	38
Gesellschaft und Alltagskultur	40
Architektur, Kunst und Kultur	49
Essen und Trinken	59
Kulinarisches Lexikon	64

Wissenswertes für die Reise

Informationsquellen	68
Reise- und Routenplanung	71
Anreise und Verkehr	77
Unterkunft	81
Sport und Aktivurlaub	84
Einkaufen	87
Ausgehen	90
Gut zu wissen	91
Reisekasse und Reisebudget	92
Reisezeit und Reiseausrüstung	93
Gesundheit und Sicherheit	95
Kommunikation	96
Sprachführer	98

Unterwegs in Bulgarien

1 Sofia und Umgebung

Auf einen Blick: Sofia und Umgebung	104
Sofia	106
Geschichte	106
Rund um den Alexander-Nevski-Platz	110
Tsar-Osvoboditel-Boulevard	114
Religionsdreieck	116

Vitosha-Boulevard	120
Vitosha-Gebirge	130
Boyana-Viertel	130
Naturpark Vitosha	134
Aktiv unterwegs: Wanderung von Aleko zu den Zlatni Mostove	138
Kyustendil und Umgebung	139
Von Sofia nach Kyustendil	139
Kyustendil	140

2 Rila- und Pirin-Gebirge

Auf einen Blick: Rila- und Pirin-Gebirge	148
Rila-Gebirge	150
Iskar-Stausee · Samokov	150
Borovets	152
Aktiv unterwegs: Besteigung des Musala-Gipfels	153
Nationalpark Rila	155
Auf dem Weg ins Rila-Kloster	158
Rila-Kloster	159
Aktiv unterwegs: Entlang der Sieben Rila-Seen zum Rila-Kloster	160
Umgebung des Rila-Klosters · Vom Rila-Kloster nach Bansko	166
Pirin-Gebirge	168
Bansko	168
Nationalpark Pirin	176
Aktiv unterwegs: Zu den blauen Seen im Pirin-Gebirge	177
Abstecher in die West-Rhodopen	180
Von Bansko nach Velinograd	182
Kresna-Schlucht	184
Sandanski	186
Rupite	187
Melnik	190
Aktiv unterwegs: Panoramawanderweg um Melnik	194
Rozhen-Kloster	195

3 Balkan

Auf einen Blick: Balkan	198
Westbalkan	200
Von Sofia nach Vratsa	200

Aktiv unterwegs: Zwei Wanderungen im Iskar-Durchbruch	201
Vratsa und Umgebung	204
Varshets, Berkovitsa und Umgebung	206
Chiprovtsi	208
Belogradchik	211
Magura-Höhle	213
Zentralbalkan	214
Teteven und Umgebung	214
Aktiv unterwegs: Auf dem Hauptkamm des Balkan-Gebirges	216
Von Teteven nach Gabrovo	217
Gabrovo	220
Ausflüge von Gabrovo	223
Tryavna	225
Dryanovo und Umgebung	228
Veliko Tarnovo	229
Aktiv unterwegs: Von Veliko Tarnovo nach Arbanasi	237
Arbanasi	239
Elena	241
Ostbalkan	244
Sliven	244
Ausflüge von Sliven	246
Zheravna	248
Kotel	250

4 Donauebene

Auf einen Blick: Donauebene	254
Westliche Donauebene	256
Vidin	256
Von Vidin nach Pleven	260
Pleven	263
Lovech	268
Svishtov	271
Aktiv unterwegs: Wanderung zum Krushuna-Wasserfall	272
Von Svishtov nach Ruse	273
Östliche Donauebene	274
Ruse	274
Basarbovo-Kloster	279
Naturpark Rusenski Lom	280
Aktiv unterwegs: Wanderung zu den Felskirchen von Ivanovo	281
Razgrad	283
Shumen	284

Ausflüge von Shumen	287
Isperih · Reservat Sboryanovo	289
Silistra	291
Abstecher von Silistra	292

5 Schwarzmeerküste

Auf einen Blick: Schwarzmeerküste	296
Nördliche Schwarzmeerküste	298
Varna	298
Ausflüge von Varna	307
Aktiv unterwegs: Wanderung im Naturpark Zlatni Pyasatsi	309
Die Seebäder nördlich von Varna	310
Balchik	313
Dobrich	314
Kavarna	315
Naturreservat Kaliakra und Umgebung	316
Vom Kap Shabla zum Durankulak-See	317
Südliche Schwarzmeerküste	320
Nesebar	320
Slanchev Bryag	324
Umgebung von Slanchev Bryag · Pomorie	326
Burgas	328
Ausflüge von Burgas · Sozopol	333
Vom Reservat Ropotamo nach Tsarevo	336
Aktiv unterwegs: Bootstour zur Insel Sveti Ivan	337
Naturpark Strandzha	340
Aktiv unterwegs: Wanderung im Naturpark Strandzha	345

6 Südbulgarien

Auf einen Blick: Südbulgarien	348
Plovdiv	350
Geschichte	350
Plovdivs Mitte	351
Altstadt	354
Rosental	362
Stara Zagora	362
Kazanlak	366
Shipka und Umgebung	371
Aktiv unterwegs: Besteigung des Botev · Kalofer	372
Karlovo	375

Sopot	377
Koprivshtitsa	378
Starosel und Hisaria	382
West-Rhodopen	384
Von Plovdiv nach Velingrad	384
Velingrad	385
Aktiv unterwegs: Per Bahn und Mountainbike durch die Rhodopen	387
Bachkovo-Kloster	388
Vom Bachkovo-Kloster nach Chepelare	391
Aktiv unterwegs: Wanderweg von Orehovo nach Trigrad	392
Chepelare · Pamporovo	394
Smolyan	395
Momchilovtsi	397
Arda-Tal	398
Shiroka Laka	399
Devin	401
Trigrad	402
Ost-Rhodopen	406
Aleksandrovo	406
Perperikon	407
Kardzhali und Umgebung	408
Tatul · Dyavolski Most · Zlatograd	412
Ivailovgrad	413
Mezek · Madzharovo und Umgebung	414

Themen

Wann endlich ist die Transition vorbei?	22
Ein steiniger Weg – der EU-Beitritt	27
Mutri – die bulgarische Mafia	36
Chalga – der bulgarische Pop-Folk	54
Realitäten in Beton – Leben im Plattenbau	124
Die Rettung der bulgarischen Juden	144
Naturschützer gegen Baumafia	175
Bulgarischer Wein – alte Tradition rund um die Traube	188
Die Klöster – Hüter des bulgarischen Geistes	243
Die Roma von Lom – politisch integriert	261
Salzlagune Pomorie-See	327
Paradies für Schatzgräber – Archäologen gegen den Ausverkauf	368
Vasil Levski – Freiheitsapostel im Dauereinsatz	376
Erbe der Osmanen – das Verhältnis zur türkischen Minderheit	410

Alle Karten auf einen Blick

Sofia und Umgebung: Überblick	105
Sofia: Cityplan	108
Großraum Sofia	123
Von Aleko zu den Zlatni Mostove: Wanderkarte	138
 Rila- und Pirin-Gebirge: Überblick	149
Auf den Berg Musala: Wanderkarte	153
Sieben Rila-Seen und Rila-Kloster: Wanderkarte	160
Bansko: Cityplan	170
Zu den blauen Seen im Pirin-Gebirge: Wanderkarte	177
Melnik: Cityplan	190
 Balkan: Überblick	199
Auf dem Hauptkamm des Balkan-Gebirges: Wanderkarte	217
Veliko Tarnovo: Cityplan	230
Von Veliko Tarnovo nach Arbanasi: Wanderkarte	237
 Donauebene: Überblick	255
Vidin: Cityplan	258
Pleven: Cityplan	264
Ruse: Cityplan	276
Zu den Felskirchen von Ivanovo: Wanderkarte	281
 Schwarzmeerküste: Überblick	297
Varna: Cityplan	300
Im Naturpark Zlatni Pyasatsi: Wanderkarte	309
Nesebar: Cityplan	322
Burgas: Cityplan	331
Im Naturpark Strandzha: Wanderkarte	345
 Südbulgarien: Überblick	349
Plovdiv Zentrum: Cityplan	352
Plovdiv Altstadt: Cityplan	357
Besteigung des Botev: Wanderkarte	373
Koprivshtitsa: Cityplan	379
Von Orehovo nach Trigrad: Wanderkarte	393
 Register	416
 Abbildungsnachweis/Impressum	424